



BARMHERZIGE BRÜDER
ÖSTERREICH

granatapfel

DAS MAGAZIN
DER BARMHERZIGEN BRÜDER

www.granatapfel.at · € 3,10 · 92. Jahrgang · 7-8/2024



Nur nicht aufschieben

Wie man unangenehme
Tätigkeiten endlich angeht.
Seite 4

Was ist drin im Essen?

Worin sich besonders viel Fett, Salz
und Zucker verstecken. Seite 6

Hohe Zufriedenheit

Erfreuliche Ergebnisse der
Mitarbeiterbefragung. Seite 34

Im Einklang mit der Natur

Im eigenen Garten und am Feld
naturnah arbeiten. Seite 36



Liebe Leserin, lieber Leser!

Vor den Sommerferien möchte man gern endlich seine To-do-Liste abschließen und den Schreibtisch aufräumen, damit man nach dem Urlaub dann voller Energie und ohne Altlasten wieder mit der Arbeit beginnen kann. Wenn Sie aber wie ich

zum Aufschieben neigen, lesen Sie in unserer Titelgeschichte ab Seite 4, wie Sie das in den Griff bekommen.

Im Stress des Alltags bleiben oft andere Dinge auf der Strecke. Wenn es schnell gehen muss, ist die Verlockung groß, zu Fertig-gerichten zu greifen, weil das einfacher ist. Doch Vorsicht: Die verarbeiteten Lebensmittel enthalten meist Zusatzstoffe, wie Ernährungswissenschaftlerin Martina Steiner auf den Seiten 6 und 7 berichtet. Vielleicht probieren Sie stattdessen eines unserer italienischen Rezepte ab Seite 24 aus. Da kommt man garantiert in Sommerlaune.

In unseren Einrichtungen ist derzeit auch einiges los: So wird etwa in den Lebenswelten Steiermark seit Kurzem für die Gesundheit das Tanzbein geschwungen (Seite 13). In Kritzen-dorf ist Frauenpower angesagt: Mag. Ruth Nadbath und Sabine Sramek geben in einem Interview Einblick in ihre gemeinsame Arbeit (Seite 30). Auf den Seiten 14 und 15 stellen wir die wichtige Arbeit der Inklusiven Ambulanz in Linz vor. Außerdem erzählt Dr. Bernhard Gasser aus Eisenstadt von seinen Erfahrungen als Arzt in Afrika (Seite 32).

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser und aller weiteren Artikel im Heft!

K. Weimer-Hötzeneder

Kristina Weimer-Hötzeneder, MA
Redaktion

Der Granatapfel

Symbol und Programm
der Barmherzigen Brüder

Nicht zufällig trägt das Magazin der Barmherzigen Brüder den Namen „Granatapfel“. Die Frucht ist Symbol des Ordens. Darstellungen finden sich in allen seinen Krankenhäusern, Pflege- und Gesundheitseinrichtungen. Der Granatapfel ist ein uraltes Symbol der Liebe, Fruchtbarkeit und Unsterblichkeit. Im Wappen des Ordens wurde er mit dem Kreuz verbunden. So zeigt er symbolisch den Auftrag des Ordens: motiviert durch die christliche Botschaft (Kreuz), kranken und hilfsbedürftigen Menschen in Liebe (Granatapfel) Hilfe und Hoffnung zu bringen.



Gesundheit & Lebenshilfe

3 Kurzmeldungen



4 Nur nicht aufschieben

Wie man unangenehme Tätigkeiten im Garten und Haushalt oder für Schule und Studium endlich beginnt und auch zu Ende führt.

- 6 Was ist drin in unserem Essen?
- 8 Gut genug so wie ich bin
- 10 410 Jahre im Dienst der Menschen
- 12 Echtzeit-Tumorerkennung bei Darmkrebs
- 13 Vielfalt im Takt
- 14 Zeit für gute Medizin
- 16 Was Gescheites machen
- 18 Ort des Lernens und der Zusammenarbeit
- 20 Waldbaden
- 21 Glosse: Gemeinsam auf Erfolgskurs
- 22 Aussaatkalender für Juli und August
- 23 Kräuterpfarrer Benedikt: Der Augentrost
- 24 Rezepte: Der Geschmack von Basilikum

Orden & Mitarbeitende

- 29 Kurzmeldungen
- 30 Ein Ort zum Leben
- 31 Glosse: Gute Werke
- 32 Medizinische Brücken bauen
- 33 Markante Handschrift
- 34 Hohe Mitarbeiter-Zufriedenheit

Kultur & Gesellschaft

- 35 Kurzmeldungen
- 35 Nebenbei: Erkennungsmerkmal
- 36 Im Einklang mit der Natur
- 38 Die größte deutsche Dichterin
- 39 Du mein geliebtes Gutenstein
- 40 Auf der Straße wollte ich nicht schlafen
- 42 200 Jahre Piatnik
- 43 Ausflug in die Vergangenheit
- 44 Ein Ort mit vielen Gesichtern
- 46 Eisenbahn in Kinderhand
- 47 Achtung! Sichere Passwörter
- 48 Natur: Insekten

Rubriken

- 26 Meditation: Am Weg meines Lebens
- 28 Inspiration: Baustellen – Ein Blick auf die Vielfalt
- 50 Rätsel
- 51 Impressum



Schwimmen ist gesund, kann aber vor allem in Seen oder Flüssen auch gefährlich werden.

BADESPASS

Sicher im Wasser

Mehr als 40 Personen kamen in Österreich im Vorjahr bei Badeunfällen ums Leben. Häufigste Unfallursache waren unzureichende Schwimmkenntnisse. Aber auch gute Schwimmer:innen können in Gefahr geraten, vor allem in offenen Gewässern. Daher sollten folgende Regeln beachtet werden:

- Nicht mit leerem Magen, aber erst eine Stunde nach dem Essen ins Wasser gehen.
- Auf Alkohol verzichten, denn der führt zu Selbstüberschätzung und größerer Risikobereitschaft.
- Vor dem Baden kalt duschen, um den Körper an die Differenz zwischen Außen- und Wassertemperatur zu gewöhnen, andernfalls drohen Schwindel, Kreislaufprobleme oder gar Herzversagen.
- Bei Kältegefühl das Wasser verlassen, um Krämpfe zu vermeiden.
- Wer weiter hinausschwimmen möchte, sollte sich mit Luftkissen oder Schwimmboje ausrüsten.
- Wind, Strömungen und Wellen berücksichtigen und auf Treibgut, Schiffe und Algen achten.

Alles klar beim Haar?
Die wichtigsten Fakten zu Wachstum, Gesundheit und Pflege, von Alice Martin und Lucia Schmidt, Verlag ecoWing, ISBN 978-3-7110-0327-0, 160 Seiten, € 20,- E-Book: € 15,99



ELISABETHINEN KLAGENFURT

Kompetenzzentrum für Hernienchirurgie

Mehr als 300 Nabel-, Narben- und Leistenbruchoperationen führt das Team der Abteilung für Allgemein Chirurgie am Elisabethinen-Krankenhaus Klagenfurt pro Jahr durch. Nun wurde diese hohe Fachkompetenz durch eine Zertifizierung bestätigt: Die Allgemein Chirurgie wurde nach den strengen Richtlinien der „Deutschen Gesellschaft für Allgemein- und Viszeralchirurgie“ sowie der „Chirurgischen Arbeitsgemeinschaft Hernien“ als eines von sieben Krankenhäusern in Österreich zertifiziert und als „Kompetenzzentrum für Hernienchirurgie“ ausgezeichnet. Als zertifiziertes Hernienzentrum nimmt man regelmäßig an der Studie Herniamed teil, um die Behandlungsqualität weiter zu optimieren. Zudem wird eine Hernien-Sprechstunde für Betroffene angeboten.



Fachärztin Dr. Miriam Handjiev, Leitender Oberarzt Dr. Andreas Grün, Erste Oberärztin Dr. Christiane Dreschl, MBA und Oberarzt Dr. Pero Zanchi (v.l.n.r.) mit dem Zertifikat

BUCHTIPP

Das Geheimnis schöner Haare

Haare sind Teil der Persönlichkeit und ein Ausdruck von Gesundheit. Doch was tun, wenn Haarprobleme auftreten? Die Autorinnen, beides Ärztinnen, nehmen die Leser:innen mit in die Welt auf dem Kopf und haben Antworten auf die dringendsten Fragen rund um unsere Haare. Sie erläutern etwa, wie Haarprobleme mit Hausmitteln in den Griff zu bekommen sind, gehen auf die optimale Haarpflege ein und haben sogar Kochrezepte für besonders gesundes Haar.

Wer die Gartenarbeit endlich erledigt hat, wird mit gesunden, blühenden Pflanzen belohnt.

Nur nicht aufschieben

Steuererklärung machen, Wohnung putzen, Gartenarbeit, für eine Prüfung lernen oder endlich den Keller aufräumen – das macht meist wenig Spaß. Also wird die Aufgabe lieber auf den nächsten Tag geschoben und stattdessen etwas vermeintlich genauso Dringendes getan, das aber leichter zu erledigen ist.

VON KRISTINA WEIMER-HÖTZENEDER

Aufschieben ist ein antrainiertes Verhalten, das mit ein paar Tipps auch wieder abtrainiert werden kann.

Dass Aufschieben von unangenehmen Aufgaben nichts grundsätzlich Schlechtes ist, erklärt Christina M. Beran in ihrem neuen Buch „Machbar. Gut gegen Aufschieben“: „Wir haben tagtäglich viele größere und kleinere Entscheidungen zu treffen, und das in einer komplexer werdenden Welt. Dabei ist Flexibilität gefragt. Etwas auf morgen zu vertagen, kann durchaus hilfreich sein.“ Über ein wichtiges E-Mail nochmal schlafen oder einen Text erst am nächsten Tag Korrektur lesen, nennt sie als Beispiele, aber auch das Bügeln zu verschieben, bis die Lieblingsserie läuft. Solange dies zeitlich möglich ist, spricht nichts dagegen. So hat beispielsweise auch ein Versuch gezeigt, dass Personen, die eine Aufgabe so schnell wie möglich lösen wollten, oft nicht am schnellsten am Ziel waren.

Nur kurzfristig positiv

Meist werden Aufgaben aber aus einem anderen Grund verschoben: Weil das menschliche Gehirn gelernt hat, dass Verschieben kurzfristig positive Konsequenzen bringt. Die Anspannung, eine schwierige anstehende Aufgabe möglicherweise nicht zu lösen, wird ersetzt durch die unmittelbare Belohnung einer stattdessen erledigten Aufgabe. Das Problem ist, dass die eigentlich zu erledigende Aufgabe davon nicht verschwindet. „Mehr noch: Sie kommt aus der Pause fieser zurück. Mit Zeitdruck, Stress und Belastung“, erläutert

die Autorin. Doch diese negativen Konsequenzen treten eben erst langfristig auf. Aufgaben ohne Deadlines oder ohne konkrete Aufgabenstellung werden ebenfalls oft verschoben. Auch zu hohe Leistungsanforderungen oder Perfektionismus führen zum Aufschieben.

Die gute Nachricht ist: Aufschieben ist ein antrainiertes Verhalten, das mit ein paar Tipps auch wieder abtrainiert werden kann:

- **Priorisieren:** Eine To-do-Liste hilft, alle Aufgaben im Blick zu behalten. Sinnvoll ist es, die Punkte nach Priorität zu ordnen, am besten mit Farben markiert nach hoher, mittlerer und niedriger Priorität. Das Durchstreichen der Punkte löst positive Gefühle aus.
- **Konkret planen:** Jede Aufgabe wird mit den Fragen „Wann möchte ich beginnen?“, „Wo arbeite ich?“, „Wie viel Zeit wende ich dafür auf?“ und „Welches Ziel habe ich?“ und Notizen zu den notwendigen Schritten und Informationen konkretisiert.
- **Vermeiden von Störungen:** Wer abgelenkt wird, braucht bis zu 30 Minuten, um den Faden wieder zu finden. Besser ist es also, Störungen von vornherein auszuschließen. Etwa wenn das Handy für die veranschlagte Zeit in eine geschlossene Schublade wandert. Kolleg:innen oder Familienmitgliedern, die gern zur Bürotür hereinschauen, teilt man mit, dass man





Feierabend machen. Das Arbeiten fällt leichter, wenn der individuelle Leistungsrhythmus einbezogen wird.

- Arbeit und Freizeit trennen: Feste Pausen und Erholungsphasen sind wichtig. Diese können nach dem effizienten Arbeiten ohne schlechtes Gewissen genossen werden.
- Belohnungen festlegen: Kleine Belohnungen versüßen den Abschluss einer Aufgabe. Die Aussicht auf ein neues Buch, ein spannendes Bad oder ein leckeres Abendessen hilft bei der Motivation.

gerade nicht ansprechbar ist. Am besten ist es, auch gleich eine Zeitspanne anzugeben, in der man nicht gestört werden will.

Wenn das Aufschieben den Arbeitsalltag sehr einschränkt, dann sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden.

- Aufteilen: Wenn die Aufgabe groß und unübersichtlich erscheint, hilft es, das Projekt in kleinere Einzelschritte zu zerlegen.
- Arbeitszeit festlegen: Vor Arbeitsbeginn ein realistisches Zeitfenster für die Aufgabe festzulegen, hilft beim effizienten Arbeiten.
- Etablieren eines Rituals: Die Aufgabe wird zu einem festgelegten Zeitpunkt begonnen. 15 Minuten vorher startet die Vorbereitung: Unterlagen bereitlegen, lüften, Getränk vorbereiten, Timer stellen – was immer hilft, in den Arbeitsmodus zu gelangen und dazwischen nicht mehr aufstehen zu müssen. Dann wird auf die Minute genau begonnen. Das ist wichtig, weil mit jeder Minute, die verstreicht, die Wahrscheinlichkeit sinkt, dass die Aufgabe erledigt wird. Nach 72 Stunden etwa sinkt die Wahrscheinlichkeit, ein Projekt zu beginnen, laut Studien auf ein Prozent.
- Die eigenen Leistungsphasen kennen: Jeder Mensch hat unterschiedliche Leistungsphasen, in denen er besonders gut arbeiten kann. Der Frühaufsteher ist morgens leistungsstark. Es macht Sinn, dann die schwierigen und unangenehmen Dinge anzugehen. Wer sich nachts am besten konzentrieren kann, erledigt die Aufgaben eben erst, wenn andere bereits

Wenn Aufschieben zur Gewohnheit wird

Grundsätzlich schieben fast alle Menschen Dinge auf. Bei einer Umfrage der Universität Münster unter Studierenden gab es etwa nur zwei Prozent, die behaupteten, dass sie immer alles sofort erledigen. Wenn das Aufschieben allerdings häufig vorkommt und auch den Arbeitsalltag sehr einschränkt, dann spricht man von Prokrastination. Ist das der Fall, sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden. Die Uni Münster hat dazu einen Selbsttest entwickelt (siehe unten). ■



BUCHTIPP

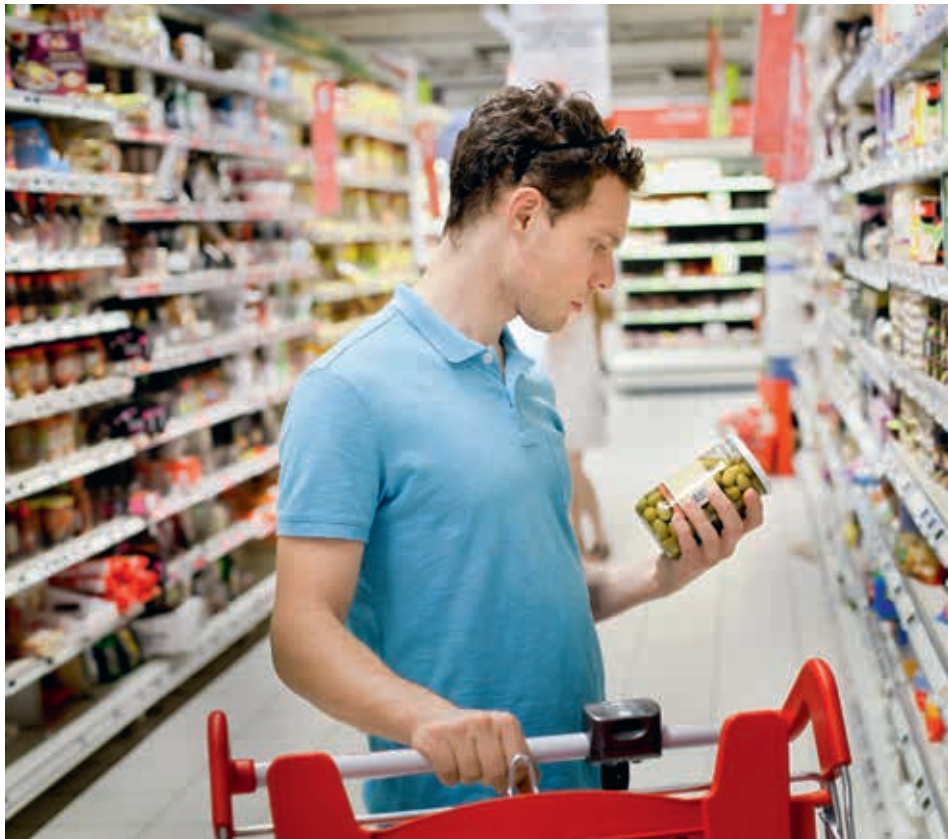
Machbar. Gut gegen Aufschieben, von Christina M. Beran, Verlag facultas/maudrich, ISBN 978-3-99002-153-8, 160 Seiten, € 22,- E-Book: € 19,99

INTERNETTIPP

Selbsttest der Uni Münster:

www.uni-muenster.de/Prokrastinationsambulanz/Angebote_Test.html

Ein Blick auf die
Zutatenliste verrät,
welche Zusatzstoffe ein
Produkt enthält.



Was ist drin in unserem Essen?

Zusatzstoffe in verarbeiteten Lebensmitteln werden auf ein mögliches Gesundheitsrisiko hin streng geprüft. Fertiggerichte und Co. sind trotzdem nicht völlig unbedenklich. Nicht zuletzt, weil sie oft große Mengen an Fett, Salz und Zucker enthalten.

VON SANDRA LOBNIG



Martina Steiner, BSc ist Ernährungswissenschaftlerin und Ernährungsberaterin in Wien. Weitere Infos: www.deine-ernaehrung.at

Faschierte Laibchen, Lasagne oder Krautfleckerl zum Abendessen? Im Supermarkt hat man die Qual der Wahl. Hier gibt es Fertiggerichte für jeden Gusto. Wenige Minuten in die Mikrowelle oder ins Backrohr, und das Essen steht auf dem Tisch. Das ist praktisch. Aber ist es auch gesund? „Gegen ein Fertiggericht hin und wieder ist nichts einzuwenden“, sagt die Ernährungsberaterin und Ernährungswissenschaftlerin Martina Steiner. Ausnahmsweise mal Fischstäbchen als schnelles Mittagessen für die Kinder oder eine Tiefkühlpizza, wenn man abends zu müde zum Kochen ist. Wer sich ansonsten gesund ernährt und über frische Lebensmittel alle nötigen Nährstoffe aufnimmt, wird damit keine Probleme haben. Aber Achtung: Auch Produkte wie Fruchtjoghurts, Knuspermüsli, Ketchup oder Schokoriegel sind verarbeitete Lebensmittel. Und

die stehen häufig auch bei jenen Menschen auf dem Speiseplan, die um klassische Fertiggerichte einen Bogen machen.

Verarbeitete Lebensmittel enthalten häufig eine Reihe an Zusatzstoffen. Konservierungsstoffe etwa verlängern ihre Haltbarkeit. Farbstoffe verleihen die gewünschte Farbe, Geschmacksverstärker intensivieren den Geschmack, Emulgatoren wirken sich auf die Konsistenz aus. „Je höher der Grad der Verarbeitung eines Produktes ist, desto mehr Zusatzstoffe sind drinnen“, erklärt Martina Steiner. Welche Zusatzstoffe dem Produkt hinzugefügt wurden, zeigt ein Blick auf die Zutatenliste. Dort scheinen sie als sogenannte E-Nummern oder unter ihrer deutschen Begriffsbezeichnung auf. All diese Lebensmittelzusatzstoffe müssen – damit sie in der EU



Studien haben
herausgefunden,
dass besonders
fetthaltige
Speisen süchtig
machen können.

zugelassen werden – drei Bedingungen erfüllen: Sie müssen gesundheitlich unbedenklich und technologisch notwendig sein und ihr Einsatz darf Konsument:innen nicht täuschen.

Fett macht süchtig

Die AGES, die österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit, schätzte, wie viele Farb- und Konservierungsstoffe sowie Süßungsmittel die österreichische Bevölkerung zu sich nimmt. Das Ergebnis: Der durchschnittliche Österreicher überschreitet die akzeptierte Aufnahmemenge, unter der kein nennenswertes Gesundheitsrisiko besteht, nicht. Sind verarbeitete Lebensmittel also doch gesundheitlich völlig unbedenklich, solange diese Mengengrenzen eingehalten werden? Ganz so ist es nicht. Denn abgesehen von technologisch wirksamen Zusatzstoffen enthalten sie oft auch große Mengen an Zucker, Salz und Fett. Fett beispielsweise ist Geschmacksträger. Studien haben herausgefunden, dass besonders fetthaltige Speisen süchtig machen können. Je mehr man isst, desto mehr möchte man davon. Deshalb ist es auch so schwierig, ein Sackerl Chips zu öffnen und es nicht leer zu futtern.

Viele Namen für Zucker

Zucker wiederum versteckt sich in vielen verarbeiteten Lebensmitteln, auch dort, wo man ihn weder vermutet noch schmeckt, wie in Senf, Ketchup oder in der Tiefkühlpizza. Besonders hinterlistig ist, dass er auf der Zutatenliste unter verschiedenen Namen aufscheint. Dort heißt er Saccharose, Raffinade, Glukose oder Fruktosesirup. „Je weiter vorne Zucker in der Liste steht und je mehr verschiedene Begriffe für Zucker darauf zu finden sind, desto höher ist sein Gehalt im Produkt“, sagt Martina Steiner. So manches Lebensmittel entpuppt sich bei genauerem Hinsehen als wahre Zuckerbombe. Das klassische Fruchtjoghurt zum Beispiel, das bis zu 50 Prozent der empfohlenen täglichen Zuckermenge enthalten kann. Viele ihrer Klient:innen seien davon besonders überrascht. „Sie denken eigentlich, es würde sich um einen gesunden Snack handeln.“ Versteckten Zucker sollte man aufspüren. Reduziert man ihn, spricht nichts dagegen, auch mal ganz bewusst in einen Schokoriegel zu beißen. ■

Gesünder essen – so geht's

Schnelle gesunde Küche

Viele Menschen greifen aus Zeitmangel zu Fertiggerichten. Dabei ist es gar nicht zeitaufwendig, gesundes Essen selbst zuzubereiten. Martina Steiner empfiehlt zum Beispiel Kichererbsen aus der Dose oder Tiefkühlgemüse für ein schnelles Essen. Und: Auch kalte Gerichte können nahrhaft sein, man muss nicht immer kochen.

Nicht blenden lassen

„Kalziumlieferant“ oder „mit Vitamin C“: Verarbeitete Produkte erwecken mit solchen Slogans oft den Anschein, gesund zu sein. Nicht davon blenden lassen, sondern genau schauen, was wirklich drinnen steckt.

Geschmackssinn schärfen

Menschen, die viele verarbeitete Lebensmittel essen, gewöhnen sich an deren Geschmack. Möglicherweise finden sie frische Lebensmittel langweilig. Langsam kann man den eigenen Geschmackssinn auch wieder umgewöhnen. Wer zum Beispiel Zucker schrittweise reduziert, merkt bald, wie stark gesüßt manche Produkte sind.

Produkte pimpen

Wenn es doch ein Fertiggericht sein soll, kann man dieses mit frischen Zutaten aufwerten. Zur Tiefkühlpizza etwa einen Salat essen oder frisches Gemüse hinzufügen.

Fertiggericht ist nicht gleich Fertiggericht

Der Verarbeitungsgrad von Lebensmitteln kann sehr unterschiedlich sein und wirkt sich auf die Menge der Zusatzstoffe aus. Grundsätzlich enthalten Tiefkühlgerichte oft weniger Zusatzstoffe als Mikrowellengerichte.

Gut genug so wie ich bin

Barmherzige Brüder Linz 🧠 Autismus bleibt bei Frauen oft lange unbemerkt, weil er sich anders zeigt als bei Männern. „Ich habe bereits mit vier Jahren Menschen beobachtet und Strategien entwickelt, um nicht aufzufallen“, schildert Elke Brunner, die erst im Alter von 30 Jahren die Diagnose „Asperger-Syndrom“ erhielt. Ihr Leben lang fühlte sie sich als Außenseiterin.

VON ELKE BERGER

„Ich habe von klein auf gewusst, dass ich anders bin. Mir war klar, dass ich nicht so dachte wie die anderen Kinder, und ich wollte auch nie schwimmen, schaukeln oder in der Sandkiste spielen. Lieber unterhielt ich mich mit Erwachsenen und beobachtete deren Verhalten. Ich war sehr zurückhaltend, hatte große Versagensängste und stand ständig unter Druck. Ich habe mich immer gefragt, ob ich so, wie ich bin, gut genug bin“, erinnert sich Elke Brunner. Aufgrund ihres Auftretens machte sie bereits in der Schule erste Mobbing-Erfahrungen. „Ich wurde von zwei Lehrerinnen lächerlich gemacht und auch an Ohren und Haaren gezogen, weil meine Motorik nicht der von Gleichaltrigen entsprach.“

Tarnstrategien

Mit der Zeit entwickelte die Kärntnerin Tarnstrategien, die es ihr ermöglichten, die Schule sowie die Ausbildung zur Diplomierten Gesundheits- und Krankenpflegerin mit Auszeichnung abzuschließen. Doch der Druck wurde immer größer: „Schon mit elf Jahren hatte ich die ersten Selbstmordgedanken.“

Mir war klar, dass ich nicht so dachte wie die anderen Kinder, und ich wollte auch nie schwimmen, schaukeln oder in der Sandkiste spielen.



Das ist typisch für Autisten.“ Die zweifache Mutter erhielt erst mit 30 Jahren ganz unerwartet die Diagnose „Asperger-Syndrom“¹.

Hilfe erhielt sie nach der Diagnose keine: „Mir wurde gesagt, dass ich mich zusammenreißen und nicht outen soll. In der Arbeit wurden mir zahlreiche Steine in den Weg gelegt, obwohl es vor der Diagnose keine Probleme gegeben hatte. Die Firma hat mich gekündigt und so machte ich eine Ausbildung zur Autismus-Trainerin und zur Aromatherapeutin. Das war eine sehr anstrengende Zeit, aber heute kann ich als Peer-Beraterin² anderen Betroffenen helfen.“

2021 lernte die heute 38-Jährige in einer Fortbildung über Asperger-Frauen dann Werner Holmes-Ulrich von WORK_aut³ kennen: „Werner hat mir sehr geholfen. Er hat mir nicht nur eine tolle Therapeutin, sondern auch Dr. Joachim Adl von den Barmherzigen Brüdern Linz als Facharzt empfohlen. Hier fühle ich mich gut aufgehoben und Werner unterstützt mich, wo er kann. Ich bin ihm sehr dankbar.“ Ruhe und Kraft bekommt sie auch durch ihren Assistenzhund Trusty, der seit 2021 stets an ihrer Seite ist: „Er beruhigt mich, wenn ich aufgeregt bin, durch ihn fühle ich mich nicht mehr alleine.“

Mehr Information

Welchen Tipp hat Elke Brunner für Betroffene und das Umfeld? „Autisten brauchen eine klare Kommunikation. Vielen fällt es auch schwer, die Hand zu geben, in die Augen

Therapiehund Trusty gibt Elke Brunner Ruhe und Kraft.



Werner Holmes-Ulrich von WORK_aut war und ist eine wichtige Stütze für Elke Brunner.

Autisten fällt es schwer, die Hand zu geben, in die Augen zu schauen, allgemein stressen uns zu viel Nähe und plötzliche Veränderungen.

zu schauen, allgemein stressen uns zu viel Nähe und plötzliche Veränderungen“, schildert sie. „Ich fände es toll, wenn das Umfeld sich informiert, was Autismus ist, hier sind Bücher von Tony Attwood oder Dr. Christine Preissmann sehr zu empfehlen. Jeder Mensch hat eine eigene Persönlichkeit, es wäre schön, wenn jeder ohne Vorurteile so sein darf, wie er ist.“

Um Menschen dabei zu unterstützen, das Thema Autismus besser zu verstehen und ein besseres Miteinander zu ermöglichen, bieten Elke Brunner und Werner Holmes-Ulrich gemeinsam Seminare zum Thema Autismus an. Das nächste findet Ende September an der Akademie de la Tour in Kärnten statt. Thema: „The Beauty and the Beast. Eine Autistin und ein Neurotypischer (nicht Autist) im Dialog zu Autismus und die Welt. Innenperspektive versus Außenperspektive. Wie aus Angst und Vorurteilen Faszination werden kann.“⁴ ■

1 Asperger-Syndrom = eine Variante der Autismus-Spektrum-Störungen
2 Peer-Beratung = Menschen mit einer Beeinträchtigung beraten andere Menschen mit Beeinträchtigung

3 „WORK_aut – Autismus und Arbeit“ hat sich der Arbeitsintegration von Menschen aus dem Autismus-Spektrum in den regulären Arbeitsmarkt verschrieben. Das vom Sozialministeriumservice OÖ geförderte Projekt ist Teil des Autismus-Kompetenzzentrums des Konventhospitals Barmherzige Brüder Linz.

4 Weitere Infos: www.akademie-delatour.at (Fortbildungen)

Hintergrundinfo

Schätzungen zufolge leben in Österreich 90.000 bis 140.000 Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einer Autismus-Spektrum-Störung (ASS). Weltweit schätzt man, dass deutlich über ein Prozent aller Menschen an einer ASS leiden. Bis vor wenigen Jahren nahm man an, dass das Verhältnis Männer zu Frauen acht zu eins beträgt. Dies wurde mittlerweile auf vier zu eins korrigiert, da sich eine ASS bei Frauen anders zeigt.

Unterschiede zwischen Männern und Frauen:

Männer

- Haben Schwierigkeiten in der sozialen Interaktion.
- Haben ein auffälliges Sprachverhalten (Sprachmelodie, Betonung einzelner Wörter).
- Haben entweder eine Impulskontrollstörung oder sind das absolute Gegenteil, nämlich introvertiert.
- Haben Schwierigkeiten in der Kommunikation (verstehen keine Witze oder Sarkasmus).

Frauen

- Lernen soziale Regeln auswendig.
- Imitieren Mimik, Gestik und Sprache.
- Versuchen alles, um nicht aufzufallen, indem sie maskieren, ihre Aggression richtet sich eher nach innen.
- Fallen in ein autistisches Burn-out oder Erschöpfungszustände, wenn ihre Bewältigungsstrategien nicht mehr funktionieren.

Vertreter:innen aller
Berufsgruppen freuen
sich über das Jubiläum.



410 Jahre im Dienst an den Menschen

Barmherzige Brüder Wien 🏢 Krankenhaus und Konvent der Barmherzigen Brüder Wien blicken auf eine bewegte Geschichte zurück. Diese begann im Jahr 1614 und setzt sich fort bis in die Gegenwart. 2014 wurde das 400-Jahr-Jubiläum gefeiert. In den zehn Jahren seither hat sich vieles getan – hier eine Zusammenfassung.

VON CHRISTA PRAHER-ENNÖCKL



Frater Thomas Pham ist Prior und Rechtsträgervertreter des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder Wien.

„2014 haben wir 400 Jahre Barmherzige Brüder Wien mit zahlreichen Jubiläumsveranstaltungen gefeiert. Es waren wunderbare Feierlichkeiten voll Freude, Dankbarkeit und besonderen Momenten. Seit damals sind bereits wieder zehn Jahre vergangen. In diesen Jahren hat sich das Gesundheitswesen weiterentwickelt und auch unser Krankenhaus hat sich stetig entwickelt. Ich selbst durfte bei vielem dabei sein und das erfüllt mich mit großer Freude“, so Frater Thomas Pham, Prior und Rechtsträgervertreter des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder Wien.

Ereignisreiche zehn Jahre

In den vergangenen zehn Jahren hat sich im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien viel getan. Es wurden Führungspositionen neu besetzt, und zwar in allen Bereichen: Sechs neue Primärärzt:innen wurden ernannt, da unter anderem Pensionierungen dies notwendig machten. Neue Stationsleitungen wurden bestellt, und auch im Bereich der Krankenhausleitung und beim Amt des Priors kam es zu Neu- und Nachbesetzungen.

Es wurde eine neue medizinische Abteilung installiert, indem eine Abteilung geteilt wurde. Damit wurden auch neue Schwerpunkte geschaffen. Die medizintechnische Ausstattung wurde beispielsweise mit einer Angiografie, einem Fibroscan® und einem zweiten da Vinci-Operationssystem erweitert. Mittlerweile operieren vier medizinische Abteilungen erfolgreich mit den beiden da Vinci-Operationssystemen, die auf dem neuesten Stand der Technik sind. Rund 10.000 Operationen wurden in Summe bereits mit den beiden Systemen durchgeführt.

Auch das Leistungsspektrum über alle medizinischen Abteilungen hinweg hat sich in den vergangenen zehn Jahren stetig weiterentwickelt, Kompetenzzentren zum Beispiel für das Prostatakarzinom oder für den Beckenboden wurden geschaffen und zertifiziert bzw. auditiert. Neue Behandlungsmethoden werden in allen medizinischen Abteilungen eingesetzt – beispielhaft genannt sei hier die interventionelle Behandlung von Schlaganfallpatient:innen mittels einer Thrombektomie.

Auch im ambulanten Bereich kam es zu großen Veränderungen – nicht nur durch neue Fachambulanzen, die gegründet worden sind, sondern vor allem auch durch den Umbau des kompletten Ambulanzbereichs, der im laufenden Betrieb über mehrere Jahre hinweg durchgeführt worden ist. Der Umbau wurde erfolgreich abgeschlossen und die Ambulanzen mit einer neuen Akutambulanz, der



Die medizintechnische Ausstattung wurde beispielsweise mit einem Fibroscan® (Foto Mitte) und einer Angiografie erweitert.

Wir alle gemeinsam, Ordensbrüder, Krankenhausleitung sowie Mitarbeitende, sind für die Entwicklung dieses Krankenhauses verantwortlich.

sogenannten Zentralen Aufnahme- und Erstversorgungseinrichtung (ZAE), der ambulanten Bettenstation für eine kurzfristige Überwachung, genannt Zentrale Notaufnahme (ZNA), und einer neuen Ambulanzanmeldung organisiert.

Eine der größten Herausforderungen, der sich das Krankenhaus in den vergangenen Jahren stellen musste, war die Corona-Pandemie. Es war eine intensive Zeit. Eine Zeit, die alle im Krankenhaus enger hat zusammenrücken lassen und die gezeigt hat, worauf es ankommt: auf Teamarbeit und Zusammenhalt, denn nur gemeinsam kann man schwere Zeiten meistern.

Weitere Entwicklungen in den vergangenen zehn Jahren betreffen unter anderem die Pflegeakademie der Barmherzigen Brüder, die eine Kooperation mit der FH Campus Wien und der Medizinischen Universität Wien eingegangen ist. Weiters kam es zu baulichen

Maßnahmen und Renovierungsarbeiten in der „Apotheke zum Granatapfel“ und in der Klosterkirche der Barmherzigen Brüder Wien, die 2022/2023 das 400-Jahr-Jubiläum gefeiert hat. Und es wurde der Klosterladen auf der Taborstraße eröffnet. Dort können Produkte aus den Lebenswelten der Barmherzigen Brüder – Steiermark und aus dem Klosterkeller der Barmherzigen Brüder in Eisenstadt erworben werden.

Es ist der Mensch, der zählt!

„Wir haben uns seit der Krankenhausgründung und vor allem auch in den vergangenen zehn Jahren gut entwickelt, und das ist sehr erfreulich. Für uns steht der Mensch im Mittelpunkt, und jede Neuerung in unserem Krankenhaus, jede neue Operationsmethode, jedes neue Gerät und jede neue Untersuchungsmethode, die zum Wohle unserer Patient:innen eingesetzt werden kann, ist eine gute Entwicklung“, so Pater Prior Thomas. „Ohne unsere Mitarbeiter:innen könnten wir das alles nicht leisten. Wir alle gemeinsam – Ordensbrüder, Krankenhausleitung sowie Mitarbeitende – sind für die Entwicklung dieses Krankenhauses verantwortlich. Dank gebührt auch allen Menschen, die uns als Freund:innen und Unterstützer:innen zur Seite stehen, denn auch sie helfen mit, dass wir unser Krankenhaus in die Zukunft führen können.“ ■



Sechs neue Primärärzt:innen wurden in den vergangenen zehn Jahren ernannt.

Primarius Prof. Dr. Felix Aigner (li.)
und Oberarzt Dr. Martin Mitteregger
(2.v.l.) mit den am Projekt beteiligten
Kolleg:innen am Dach des Grazer
Brüder-Krankenhauses



Echtzeit-Tumorerkennung bei Darmkrebs

Barmherzige Brüder Graz Das von der Europäischen Kommission mit sechs Millionen Euro dotierte Horizon-Europe-Projekt CLASSICA beschäftigt sich mit der Einführung und klinischen Validierung einer auf künstlicher Intelligenz (KI) basierenden Software, die während endoskopischer Eingriffe die Erkennung und Differenzierung bösartiger Geschwülste im Darm ermöglicht.

VON GABRIELE MOITZI UND JUTTA HEGER

Das Projekt leitet Prof. Ronan Cahill vom University College Dublin und dem Mater Misericordiae Universitätsspital Dublin. Die klinische Validierung dieser neuwertigen Technologie findet an fünf führenden Darmkrebszentren in Europa statt. Die Abteilung für Chirurgie unter der Leitung von Primarius Prof. Dr. Felix Aigner am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Graz ist eines davon.

Die KI-basierte Technologie hilft dem Chirurgen in Echtzeit während der Operation von großen Polypen im Mastdarm, zwischen gut- und bösartigem Gewebe zu unterscheiden. Dabei erkennt die Software Unterschiede im Färbeverhalten von unterschiedlichen Geweben nach Gabe von Fluoreszenz-Farbstoffen (Indocyaningrün), die in der Chirurgie regelmäßig eingesetzt werden. „Diese Technik, kombiniert mit der Expertise unserer Chirurg:innen, wird postoperative Komplikationen durch übermäßige Entfernung von vermeintlich erkranktem Gewebe einerseits und das Risiko der Wiederkehr eines Tumors (Tumorrezidiv) andererseits reduzieren“, so der Studienkoordinator in Graz, Prof. Aigner. „Die Durchführung eines solchen Mammutprojekts ist nur mit der Motivation aller

Mitarbeitenden in meinem Team sowie der unermüdlichen und hochprofessionellen Unterstützung unseres Studienbüros unter der Leitung von Gabriele Moitzi möglich.“

Klinische Studien

Projektstart war 2022. In den nächsten zwei Jahren wird diese neue Technologie der Tumorerkennung in klinischen Studien mit 500 Patient:innen europaweit angewendet werden. Darmkrebs als der dritthäufigste Tumor weltweit ist das primäre Anwendungsgebiet dieser KI-basierten Technik. „Die Methoden und Technologien, die wir hier erforschen, haben ein immenses Potenzial die Krebstherapie auch in anderen Körperregionen in Zukunft maßgeblich beeinflussen zu können“, zeigt sich Prof. Aigner optimistisch. „Ich freue mich, dass die Barmherzigen Brüder hier wegbereitend sein werden.“


Am 27. Mai trafen sich alle Projektpartner zu einem Arbeitstreffen im Brüder-Krankenhaus in Graz, um die bisherigen Ergebnisse zu besprechen bzw. die Entwicklung der KI voranzutreiben. Weiters gab es eine Demonstration des KI-Modells während einer Operation. Ebenso fand eine Podiumsdiskussion zum Thema „The Use of AI in Medicine“ statt, bei der Chirurg:innen als Anwender:innen, KI-Expert:innen als Entwickler:innen und Jurist:innen als Rechtsexpert:innen über die Anwendung von KI in der Medizin diskutierten. ■

WEITERE INFOS:

Internet: <https://classicaproject.eu/>
X: @classicaproject

Die KI-basierte
Technologie hilft
dem Chirurgen
während der
Operation,
zwischen gut-
und bösartigem
Gewebe zu
unterscheiden.

Vielfalt im Takt

Lebenswelten Steiermark  Tanzen verbindet, macht Spaß und hilft dabei, ein Gefühl für den eigenen Körper aufzubauen und die Wahrnehmung zu schärfen. Um noch mehr Menschen die Freude an der rhythmischen Bewegung näherzubringen, gibt es seit Kurzem regelmäßig DanceAbility-Tanzeinheiten in den Lebenswelten Steiermark.

VON KATHARINA WAKONIG



Mag. Martina Pusterhofer organisiert regelmäßig DanceAbility Einheiten in den Lebenswelten Steiermark.

Grundlage dieser speziellen Tanzmethode ist die kleinste gemeinsame Bewegung, die alle ausführen können.

Im Turnsaal in der Lebenswelt Kainbach wird locker-flockig das Tanzbein geschwungen. Hier wird eine Rollstuhl-Pirouette gedreht und dort „shoppt“ Moni einen Tanzmove von Martina und baut diesen in ihren Bewegungsfluss ein. Beim Tanzen ist alles möglich – so vielseitig wie die Musik, zu der getanzt wird, so unterschiedlich sind auch die Tanzstile. Das Besondere an dieser Tanzeinheit heute ist, dass es sich um DanceAbility handelt. Mag. Martina Pusterhofer, Leiterin des Pädagogisch-therapeutischen Teams in den Lebenswelten Steiermark, führt die Teilnehmer:innen durch die Einheit. „Durch DanceAbility können unterschiedlichste Personen eine gemeinsame Bewegungssprache finden, bei der Gleichberechtigung, Kreativität und Freude am Tanzen im Vordergrund stehen“, erklärt Mag. Pusterhofer.

Gemeinsame Bewegungssprache

DanceAbility ist eine spezielle Tanzmethode, die in den 1980er-Jahren entwickelt wurde. Bei jeder Einheit wird auf die Gruppe ange-

passt eine gemeinsame Bewegungssprache gefunden, die niemanden in der Runde ausschließt. Grundlage dafür ist die kleinste gemeinsame Bewegung, die alle ausführen können. Jedes Treffen bietet neue Möglichkeiten, sich künstlerisch zu entfalten und den Spaß am Tanzen immer wieder neu zu entdecken.

Die Tanzform, die viel auf Improvisation und das persönliche Potenzial setzt, erfreut sich auch in den Lebenswelten Steiermark großer Beliebtheit. „Jetzt habe ich viel Bewegung gemacht, jetzt geht es mir gut“, meint Hannes nach seiner ersten Stunde und fragt auch gleich, wann die nächste Einheit ist.

Tanzen macht aber nicht nur Spaß, es fördert auch die Gesundheit. Durch Tanzen können Ängste abgebaut werden und es unterstützt die Ausdrucksfähigkeiten und Bewegungsmöglichkeiten. Das gemeinsame Bewegen in der Gruppe ist motivierend und erfordert Konzentration und Selbstwahrnehmung. Durch den Fokus auf sich selbst und das Geschehen in der Gruppe kann man sich in die entstehende Choreografie einfügen, sich fallen lassen und einfach der Musik folgen.

Dank dem inklusiven Ansatz von DanceAbility können Menschen in all ihrer Unterschiedlichkeit und Ausdrucksmöglichkeit, mit und ohne Einschränkungen, gemeinsam tanzen. Die so geschaffenen Berührungspunkte können Vorurteile abbauen und die Inklusion fördern. ■



Beim „Tanzspalier“ werden die Tänzer:innen von den anderen angefeuert.

In der Inklusiven Ambulanz begrüßt Oberarzt Dr. Adl die Patient:innen in hellen, freundlichen Räumen.



Zeit für gute Medizin

Barmherzige Brüder Linz ☞ Menschen mit Beeinträchtigung können im „normalen“ Krankenhausbetrieb oft nicht angemessen versorgt werden. Sie haben besondere Bedürfnisse, die Zeit und Erfahrung erfordern. In der Inklusiven Ambulanz wird sich ihrer angenommen.

VON KRISTINA WEIMER-HÖTZENEDER



Oberarzt Dr. Joachim Adl ist seit 2002 bei den Barmherzigen Brüdern Linz und seit 2018 Leiter der Ambulanz für Inklusive Medizin.

Wir machen personalisierte Medizin und es ist alles sehr deeskalierend und ruhig.

Seit 2018 können erwachsene Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung oder Mehrfachbeeinträchtigung in die Ambulanz für Inklusive Medizin im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Linz kommen. „Es ist eine Terminambulanz, das heißt, die Patient:innen müssen nicht warten. Wir haben sehr viel Zeit für sie“, erklärt Oberarzt Dr. Joachim Adl, der die Ambulanz seit ihrer Gründung leitet. Termine vereinbaren können Angehörige, die Patient:innen selbst oder Institutionen. Teilweise gibt es auch Überweisungen von Haus- oder Fachärzt:innen. Die Ambulanz soll ein Angebot sein für diejenigen, die sonst schlecht versorgt sind. „Diese Menschen stoßen im niedergelassenen System an Grenzen. Es mangelt an Zeit, die Barrierefreiheit ist teilweise nicht gegeben, das Spezialwissen nicht vorhanden und die Kommunikation deutlich schwieriger. Aus diesen Gründen braucht es eine Spezialambulanz, um gute Medizin auch für diese Menschen anzubieten.“

Die rund 600 Patient:innen pro Jahr kommen vor allem aus dem Zentralraum Linz, aber auch aus ganz Oberösterreich sowie aus dem westlichen Niederösterreich. Mit Dr. Adl arbeiten zwei weitere Fachärzt:innen für Neurologie, er selbst ist zusätzlich Allgemeinmediziner, dazu kommen eine Psychologin und eine Sozialarbeiterin sowie zwei diplomierte Pflegekräfte, die sich abwechseln. Zusätzlich gibt es ein Sekretariat.

Interdisziplinär und multiprofessionell

Die Ambulanz ist direkt im Krankenhaus beheimatet: „Wir arbeiten interdisziplinär und multiprofessionell. Wir nützen die gesamte Infrastruktur des Krankenhauses, vor allem die Radiologie und die Innere Medizin.“ Das Team der Inklusiven Ambulanz organisiert die verschiedenen Untersuchungen und begleitet die Patient:innen auch. Vorsorgeuntersuchungen werden ebenfalls übernommen. Außerdem gibt es die Möglichkeit der Entwicklungsdiagnostik. Dabei wird gemeinsam mit der Psychologin geprüft, wo die Patient:innen kognitiv stehen, welche alltagspraktischen Fähigkeiten und welche sprachlichen Kompetenzen vorhanden sind.

Dr. Adls Team hat viel Erfahrung bei der Betreuung von Patient:innen mit Beeinträchtigung. „Wir machen personalisierte Medizin und es ist alles sehr deeskalierend und ruhig, damit die Patient:innen Vertrauen finden. Wir versuchen auch mit dem Patienten selbst zu sprechen, wenn es möglich ist. Wir wollen nicht über, sondern mit ihm reden.“ Immer wieder ist er berührt von den Schicksalen, von denen er im Rahmen seiner Arbeit hört. „Diese Menschen haben viel Abweisung erlebt. Man kann nicht für alles eine Lösung finden, manchmal kann man auch einfach nur zuhören.“



Man kann nicht für
alles eine Lösung
finden, manchmal
kann man auch
einfach nur zuhören.



Ursula Weber ist Einzelbetreuerin in der Fähigkeits-orientierten Beschäftigung der Langzeitbetreuung Engelhartszell in Oberösterreich.

Aus der anderen Sicht

Ursula Weber erzählt vom Besuch mit einem Klienten mit Beeinträchtigung in der Inklusiven Ambulanz.

Wie haben Sie von der Inklusiven Ambulanz erfahren?

Eine Kollegin hat davon gehört und sich um diesen Termin bemüht. Weil ich so viel Zeit mit diesem Klienten verbringe, wurde ich gefragt, ob ich mitfahre.

Warum ist diese Ambulanz so wichtig für Menschen wie Ihren Klienten?

Diese Menschen fallen in medizinischer Hinsicht durch den Raster. Mein Klient ist 51 Jahre alt, aber auf dem kognitiven Stand eines Eineinhalbjährigen. Bei neuen, unbekannten Situationen hat er ein hohes Aggressionspotenzial. Seine Art, Nein zu sagen, ist Schlagen, Treten, Beißen. So reagiert er bei allen Dingen, die ihm Stress bereiten. Außerdem erträgt er es nicht, in geschlossenen Räumen zu sein. Daher ist der Besuch einer normalen Ambulanz nicht so einfach möglich.

Was macht die Inklusive Ambulanz anders?

Es war ein unheimlich angenehmes Ankommen. Die Räume sind hell und freundlich. Wir waren die einzigen Patient:innen,

das hat zur Entspannung beigetragen. Die Mitarbeiter:innen haben Ruhe verbreitet. Man hat meinem Klienten die Zeit gelassen, die er zum Ankommen brauchte, und gleichzeitig mir als Betreuerin vermittelt: Kümmere dich erst um ihn, es ist alles okay. Er wollte nicht in den Behandlungsraum hinein, also ist die Pflegerin mit ihm im Flur geblieben. Nach dem Aufenthalt wirkte er entspannt. Als wir im Rettungswagen heimgefahren sind, hat er gelacht. Das ist für mich ein Zeichen, dass er sich wohlfühlt.

Was würden Sie sich von der Inklusiven Ambulanz wünschen?

Wenn ich träumen darf, wäre es schön, wenn es in jedem größeren Krankenhaus Ansätze einer Inklusiven Ambulanz gäbe. Es ist wichtig, dass das medizinische Personal dort mehr geschult wird. Wenn es mehrere derartige Ambulanzen gäbe, dann wären die Wartezeiten auf einen Termin in der Inklusiven Ambulanz der Barmherzigen Brüder auch nicht so lang. ■

Was Gescheites machen

Vor 50 Jahren wurde in Österreich das Zivildienstgesetz beschlossen. Seither haben sich knapp 425.000 junge Männer für die Tätigkeit als „Zivi“ entschieden. Bei den Barmherzigen Brüdern Österreich waren zum Stichtag 31. Dezember 2023 48 Zivildienstler angestellt. Mit drei davon haben wir über ihre Arbeit gesprochen.

VON KRISTINA WEIMER-HÖTZENEDER



Im Krankenhaus



Patrick Thaler,
Krankenhaus der
Barmherzigen
Brüder Wien

Warum hast du dich für den Zivildienst entschieden? Und warum für diese Einrichtung?

Ich möchte später Medizin studieren. Deshalb wollte ich ins Krankenhaus und in die Richtung arbeiten. Ich dachte mir, da kann ich schon mal ein bisschen schauen, wie es ist, im Krankenhaus zu arbeiten und nicht als Patient dort zu sein. Außerdem ist meine Mutter hier Ärztin, deshalb war es dann recht naheliegend, dass es dieses Krankenhaus wird.

Was sind deine Aufgaben? Wie sieht dein Arbeitsalltag aus?

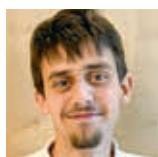
Ich bin im Hol- und Bringdienst. Das heißt, ich bringe die Patientinnen und Patienten vom Zimmer etwa zur Untersuchung, zum OP-Saal, zum Röntgen und wieder zurück. Ich bin um sieben Uhr morgens da, um halb acht bringen wir die ersten zur OP-Schleuse. Wir haben Dienst-Handys, auf die wir die Aufträge geschickt bekommen. Da steht dann der Patientennamen und von welchem Zimmer zu welchem Ort er gebracht werden soll. Wir sind auch zuständig fürs Abholen von Medikamenten aus der Apotheke oder werden angerufen, wenn wir Blutproben zum Labor bringen sollen. Vor allem geht es aber um den Patiententransport.

Wie gefällt dir die Arbeit? Was hast du gelernt?

Mir gefällt es super. Ich kriege einen Einblick, wie es ist, mit Ärztinnen und Ärzten sowie Pflegepersonen zusammenzuarbeiten. Das Team ist auch super. Wir sind vier Zivildienstler und einige Angestellte. Die sind alle sehr nett, mit denen verstehe ich mich super. Das Haus kenne ich schon fast auswendig, das lernt man recht schnell. Wenn ich vielleicht im Turnus nach dem Studium wieder herkomme, dann kenne ich mich schon aus.

Würdest du dich wieder für den Zivildienst entscheiden?

Ja, auf jeden Fall. Der Grundwehrdienst ist kürzer, das ist schon auch ein Vorteil, aber ich werde im Oktober zu studieren beginnen. Diese drei Monate wäre ich also zuhause gewesen. Ich finde es schön, dass man was „Gescheites macht“, also wirklich direkt den Menschen hilft und nicht nur mit der Waffe hantiert. Dass ich aktiv was Gutes mache.



David Köchert,
Pflegen – Betreuen
– Wohnen
Kritzendorf

Im Altenheim

Warum hast du dich für den Zivildienst entschieden? Und warum für diese Einrichtung?

Ich wollte von Anfang an Zivildienst machen. Ich bin eine sehr offene Person, die mit Leuten gut umgehen und reden kann. Ich wollte entweder zur Rettung oder hierher. Außerdem wohne ich in Kritzendorf. Da war das praktisch, dass sich das hier ergeben hat.

Was sind deine Aufgaben? Wie sieht dein Arbeitsalltag aus?

Was an jedem Tag gleich ist: Frühstück und Mittagessen bringen für die Bewohner und Bewohnerinnen und Betten machen. Montags wird die Bewohnerwäsche eingesammelt für die Abholung durch die Reinigungsfirma. Außerdem werden auch die Hygieneprodukte wie Seife, Handschuhe, Waschlappen, Handtücher und anderes geliefert. Ich bin dafür zuständig, dass alles da ist und dass von allem genug da ist. Am Nachmittag ist nicht mehr so viel zu tun. Da gehe ich mit denjenigen, die noch können, spazieren oder setz mich mit ihnen zum Plaudern in die Sonne. Man kann mit ihnen über Gott und die Welt reden. Das macht sehr viel Spaß.

Würdest du dich wieder für den Zivildienst entscheiden?

Ja, ich würde mich nochmal dafür entscheiden. Man sammelt viele Erfahrungen, etwa über medizinische Notfälle. In meiner ersten Woche ist eine Person kollabiert. Da war ich sehr nervös. Jetzt habe ich das schon ein paar Mal erlebt. Ich merke, wie ich entspannter und ruhiger an die Sache herangehe. Ich glaube, das hilft einem fürs Leben weiter. Sollte ein Notfall passieren, kennt man die Situation schon und kann besser damit umgehen. Etwa auch mit Todesfällen. Es ist ein Schritt, der dich in Richtung Erwachsenenleben und Arbeitswelt bringt.



Eliano Techt,
Lebenswelten
Steiermark

In den Lebenswelten

Warum hast du dich für den Zivildienst entschieden? Und warum für diese Einrichtung?

Das Bundesheer hat mich nicht wirklich interessiert und ich finde es spannend, dass man im Zivildienst ja eigentlich in einem Beruf arbeitet und ihn kennenlernen kann. Mein Papa arbeitet hier und ich bin früher öfter mitgekommen. Da habe ich mir gedacht, das probiere ich mal aus.

Was sind deine Aufgaben?

Ich bin in der Wohngruppe Christoph und räume hier zusammen, fülle Vorräte auf ... solche Dinge mache ich. Außerdem unterstütze ich die hauptamtlichen Kolleginnen und Kollegen bei ihren Aufgaben.

Würdest du dich wieder für den Zivildienst entscheiden?

Ja, ganz sicher. Mir gefällt es gut. Wenn man gut mit Menschen mit Beeinträchtigungen umgehen kann und da keine Berührungsängste hat, würde ich den Zivildienst hier auch weiterempfehlen. Man lernt hier Selbstverantwortung. Jeder hat seine Aufgabe und die muss er erledigen. Im Lehrbetrieb und auch in der Schule wird einem genau gesagt, was man wann tun soll. Hier dagegen musst du selbst managen, dass sich deine Aufgaben alle ausgehen und erledigt sind.

Man lernt
hier Selbst-
verantwortung.
Jeder hat seine
Aufgabe und
die muss er
erledigen.

Zum 50-Jahr-
Jubiläum wurden
mehrere Sujets kreiert.



An der Übungspuppe Chloe können die Pflegekräfte verschiedenste Tätigkeiten üben (re: Study Nurse Magdalena de Monte, DGKP, li: Viktoria Morak, PFA).



Ort des Lernens und der Zusammenarbeit

Barmherzige Brüder St. Veit/Glan 🏥 Wunden versorgen, Kompressionsstrümpfe anziehen, Katheter legen: In einem speziellen, modern ausgestatteten Trainingsraum, dem „Skills Lab“, erhalten Auszubildende und Mitarbeitende im Bereich der Pflege die Möglichkeit, spezifische Fertigkeiten unter realitätsnahen Bedingungen zu trainieren.

VON KATJA KOGLER



Elfriede Taxacher, MBA, MSc, DGKP ist Pflegedirektorin im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in St. Veit/Glan.

Moderne Lernwelten erfordern moderne Umgebungen. In der Pflege gewinnt das Simulationslernen zunehmend an Bedeutung. Neue Technologien mit Simulationspatienten halten immer mehr Einzug in die Pflegeausbildung. So auch im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in St. Veit/Glan. Dort steht der Pflege ein umfangreiches „Skills Lab“ zur Verfügung. Dieses ist weit mehr als nur ein Trainingsraum für Auszubildende und Mitarbeitende. Mithilfe einer speziellen Pflegepuppe, verschiedensten Modellen und Übungsmaterialien bietet es eine einzigartige Plattform, um spezifische Fertigkeiten und Fähigkeiten in einem realitätsnahen Umfeld trainieren zu können.

Optimale Theorie-Praxis-Verzahnung

Das „Skills Lab“ teilt sich in zwei Bereiche. Es gibt 20 Lernboxen, in denen die Theorie vermittelt wird. Und es gibt den Trainingsbereich. Dieser sieht wie ein Patientenzimmer mit einem Pflegebett für die Trainingspuppe, Nachtkasten und einer Patientenrufanlage aus. Es gibt einen Pflegewagen und einen Verbandswagen, um die Materialien möglichst authentisch zur Verfügung zu stellen. Die Trainingspuppe hört auf den Namen Chloe und stellt umfassende Trainingsmöglichkeiten zur Verfügung. Man kann die Stoma-Versorgung trainieren, eine Magensonde legen, das

Katheterisieren sowohl bei der Frau als auch beim Mann üben, Verbände können angelegt und auch Injektionen verabreicht werden. Zusätzlich können pflegerische Grundtätigkeiten, wie beispielsweise Körperpflege, Mundpflege oder Haarwäsche durchgeführt werden.

Darüber hinaus gibt es noch viele verschiedene Modelle. Als besonders beliebt hat sich der Blutabnahme-Arm herauskristallisiert, da man hier sowohl die Blutabnahme als auch das Legen einer peripheren Venenverweilkanüle trainieren kann.

Trainingscenter für Pflegekräfte

Magdalena de Monte, DGKP, Study Nurse und verantwortlich für die Praxisanleitung in der Pflege im Krankenhaus in St. Veit/Glan, betont die Bedeutung des Trainingsraums, der seit rund einem Jahr der Pflege zur Verfügung steht: „Das ‚Skills Lab‘ ist ein Ort des Lernens, des Experimentierens und vor allem des Vertiefens von Wissen. Das ‚Skills Lab‘ ist eine geschützte Umgebung, in der ohne Zeit- und Leistungsdruck geübt werden darf.“ Und Pflegedirektorin Elfriede Taxacher, MBA, MSc, DGKP ergänzt: „Es ist außerdem ganz wichtig, dass bestimmte Handgriffe zunächst an Modellen geübt werden, um mehrfache pflegerische oder medizinische Handlungen



Das „Skills Lab“ ist eine geschützte Umgebung, in der ohne Zeit- und Leistungsdruck geübt werden darf.

an Patient:innen zu vermeiden und später in jeder noch so seltenen Situation richtig handeln zu können. Unsere Auszubildenden setzen so ihr Gelerntes praxisnah um und es entstehen Lerneffekte aus der Simulation heraus, die das Lernen weiter fördern. Damit können wir den Praxisbezug sowie die Qualität der zukünftigen Ausbildung deutlich erhöhen.“

Jeder Auszubildende hat mindestens einmal pro Praktikum ein Training im „Skills Lab“. Unterstützung erhalten sie von einer Praxisanleiterin bzw. einem Praxisanleiter. Pflegedirektorin Taxacher ist überzeugt: „Durch strukturierte Trainingseinheiten erhöht man bei unseren Auszubildenden das Selbstvertrauen in ihr eigenständiges Handeln und damit auch gleichzeitig die Sicherheit in der praktischen Anwendung bei pflegebedürftigen Menschen.“ Anschließend Reflexionen bieten allen Teilnehmenden die Möglichkeit, ihre Handlungen kontinuierlich zu verbessern.

Die Einführung des „Skills Lab“ ist ein Zeugnis für die fortwährenden Bemühungen des Krankenhauses, die Qualität der Ausbildung stetig zu verbessern. Die Kombination aus theoretischem Lernen und praktischem Training soll nicht nur den Theorie-Praxis-Transfer stärken, sondern auch einen soliden

Rahmen für die Anleitungssequenzen zwischen Praxisanleiter:innen und Auszubildenden bieten.

Auch zur Weiterbildung

Zusätzlich zu seiner Rolle in der Ausbildung kann der Raum auch für Weiterbildungsmaßnahmen der bestehenden Mitarbeitenden in der Pflege genutzt werden. Dadurch stellt das Krankenhaus sicher, dass seine Pflegekräfte stets auf dem neuesten Stand der pflegerischen Praxis sind.

Somit bietet das „Skills Lab“ sowohl neuen als auch erfahrenen Pflegekräften die Möglichkeit, ihre praktischen Fähigkeiten in einer sicheren und kontrollierten Umgebung zu trainieren. Das Trainingszentrum ist damit mehr als nur ein Raum mit medizinischem oder pflegerischem Equipment. „Es ist ein Ort des Lernens, der Zusammenarbeit und des Wachstums“, betont Pflegedirektorin Elfriede Taxacher. ■

Durch regelmäßige strukturierte Trainingseinheiten erhöht sich das Selbstvertrauen der Auszubildenden in ihr eigenständiges Handeln.

Waldbaden

Kurhaus Schärding 🌲 Auch wenn wir das, was der Wald mit uns macht, oft gar nicht in klare Worte fassen können: Es ist eine Energie, die er auf uns überträgt. Ein Hochgefühl. Und ein ganz besonderer Zauber. Kein Wunder also, dass das Waldbaden und die Waldtherapie in Österreich immer beliebter werden.

VON KURHAUS SCHÄRDING

Über dem Kopf ein grünes Meer aus Blättern. Unter den Füßen samtiges Moos. Irgendwo stimmt ein Vogel ein Lied an. Dort flattert ein Schmetterling durch die Lüfte. Weiter hinten dampft der Morgennebel. Die Sonne taucht den Wald in magisches Licht. Es riecht nach frischer Erde, Fichtennadeln und Glückseligkeit. Wer sich regelmäßig zwischen Bäumen aufhält, kennt solche Stimmungen und weiß um die heilende Wirkung des Waldes. Waldbaden und Waldtherapie liegen im Trend.

Um diesen Trend verstehen zu können, wollen wir zunächst unsere Gesellschaft sowie den aktuellen Zeitgeist unter die Lupe nehmen. Dabei tauchen vor allem zwei Schlagworte immer wieder auf: Leistung und Schnelligkeit. Wir leben in einer Leistungs-

gesellschaft, die uns dazu zwingt, immer 100 Prozent zu geben, rasch die Karriereleiter hinaufzuklettern und ständig erreichbar zu sein. Auch im Privatleben gönnen wir uns kaum Auszeiten, pflastern die Freizeit mit Aktivitäten zu und hetzen von einem Termin zum nächsten. „Pausen? Die werden überbewertet“, so der allgemeine Tenor. Dabei wären diese nicht nur wichtig, sondern sogar notwendig, damit der Körper reibungslos funktioniert und auch der Geist zur Ruhe kommen kann. Doch fürs Entschleunigen bleibt keine Zeit. Und so klopft bei vielen irgendwann eine unliebsame Begleiterin an: Überforderung. Genau diese Ausgangssituation schafft aber auch Platz für Gegentrends. Und einer davon ist das Waldbaden bzw. die Waldtherapie.

Mehr als Spazierengehen

Aber was ist der Unterschied zwischen einer schnellen Laufrunde oder einem Spaziergang im Wald und richtigem Waldbaden? Es geht um das bewusste und umfassende Wahrnehmen. Um das Ansprechen und Beflügeln aller Sinne. Um das Sich-dafür-Zeit-Nehmen. Also um das allumfassende Sich-Einlassen auf die Kraftquelle Wald. Oder anders ausgedrückt: Jeder, der Zeit im Wald verbringt – ob beim Mountainbiken oder bei der Spazierrunde – wird seine positive Wirkung spüren. Doch den größten Effekt hat ein Aufenthalt im Wald dann, wenn er so bewusst wie möglich abläuft. Und das geht meist ohne Sportgerät oder anderweitige Ablenkung besser. Das Waldbaden integriert darüber hinaus Übungen, um die Sinne bewusst anzusprechen, die Atmung auszurichten oder den Geist zur Ruhe kommen zu lassen.

Diese positiven Wirkungen hat der Wald auf Körper und Geist:

- Das Immunsystem wird gestärkt.
- Der Blutdruck reguliert sich.
- Der Stoffwechsel wird angeregt.
- Der Cortisol-Spiegel sinkt.
- Das Nervensystem wird beruhigt.
- Die Vitamin-D-Speicher füllen sich.
- Die Lungenkapazität nimmt zu.
- Der Tag-Nacht-Rhythmus verbessert sich.
- Glücksgefühle setzen ein.

Nach einem Aufenthalt im Wald haben sich unsere Gedanken geordnet, wir fühlen uns wacher, gekräftigt und erfrischt.



All das ist bereits nach zwei bis drei Stunden im Blut nachweisbar – und die Wirkung hält an. Wer also nur ein paar Stunden im Wald verbringt, spürt die positiven Auswirkungen noch Tage danach.

Einziger „Waldcocktail“

Im Fokus steht der „Waldcocktail“, diese besondere Mischung, die der Wald bereithält. Sie setzt sich aus der aromatischen Luft, den beruhigenden Naturgeräuschen und den angenehmen Farben zusammen. Und dabei spielen auch die Terpene eine Rolle. Diese Wirkstoffe, die Bäume und Pflanzen freisetzen, können das Nervensystem des Menschen positiv beeinflussen – sie wirken beispielsweise angsthemmend und beruhigend. Das Zusammenspiel all dieser Komponenten kurbelt die Selbstregeneration des Körpers so schnell wie keine andere Umgebung an, was in weiterer Folge zu erholsamerem Schlaf und einer besseren Konzentration führen kann. Und dieser „Waldcocktail“ sorgt auch dafür, dass wir nirgends so gut abschalten und entspannen können wie im Wald. Nach einem Aufenthalt haben sich unsere Gedanken geordnet, wir fühlen uns wacher, gekräftigt und erfrischt. ■

Waldtherapie im Kurhaus Schärding

Von der Natur lassen auch wir uns im Kurhaus Schärding umfassend inspirieren und Naturheilkunde wird bei uns seit jeher großgeschrieben. Daher wollen wir uns verstärkt dem Thema „Waldbaden“ widmen und haben unser Angebot erweitert. Die wichtigsten Details:

- Die Auszeit dauert zirka zwei Stunden.
- Wir fahren in einen abgeschiedenen Wald zehn Minuten vom Kurhaus entfernt.
- Dort finden wir jene Ruhe und Stille, die fürs Waldbaden essenziell sind.
- Wir nehmen uns bewusst Zeit für die Walderfahrung. Es gibt Impulse und Übungen, um die Wahrnehmung zu intensivieren.

WEITERE INFOS

Kurhaus Schärding Barmherzige Brüder
Telefon: 07712/3221
E-Mail: kurhaus@bbschaerd.at
Internet: www.kurhaus-schaerding.at



Mag. Peter Ausweger
ist General Superior der
Österreichischen
Ordensprovinz der
Barmherzigen Brüder.

Gemeinsam auf Erfolgskurs

Ich freue mich, Sie über die Ergebnisse unserer jüngsten Mitarbeiterbefragung informieren zu können. Die Umfrage, die wir seit 2009 alle drei Jahre durchführen, hat bei unseren Mitarbeitenden ein besonders positives Echo ausgelöst. Dies ist ein deutliches Zeichen dafür, dass unsere Bemühungen, ein wertschätzendes und unterstützendes Arbeitsumfeld zu schaffen, Früchte tragen. (Mehr über die Befragung lesen Sie auf Seite 34.)

Unsere Mitarbeitenden sind die treibende Kraft hinter unserem täglichen Bestreben, die Versorgung unserer Patient:innen, Bewohner:innen und Gäste zu verbessern. Umso mehr freut es mich, dass uns unsere Mitarbeitenden in so vielen Bereichen ein positives Feedback gegeben haben.

Doch bei aller Freude über diese Ergebnisse dürfen wir uns nicht auf dem Erreichten ausruhen. Entwicklung heißt Verbesserung und nicht Stillstand. Deshalb werden wir trotz der vielen positiven Rückmeldungen weitere Schritte unternehmen, um die Zufriedenheit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter weiter zu steigern. Denn unser Ziel ist es, kontinuierlich noch besser zu werden und das Arbeitsumfeld weiter zu optimieren.

Ich bin überzeugt, dass wir mit diesen Maßnahmen nicht nur die Zufriedenheit unserer Mitarbeitenden weiter steigern, sondern auch unsere Position als attraktiver Arbeitgeber im Gesundheitswesen festigen können.

Ich danke allen für ihre ehrlichen Rückmeldungen und ihr tägliches Engagement. Das Feedback ist für uns eine wertvolle Orientierungshilfe und zeigt uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Gemeinsam werden wir auch in Zukunft daran arbeiten, unser Unternehmen noch besser zu machen – zum Wohle unserer Mitarbeitenden und der Menschen, die wir betreuen.

Aussaatkalender

Juli 2024

1 M	🍎
2 D	🌿 8 ⁰⁰ bis 17 ⁰⁰ 🌱 18 ⁰⁰ bis 20 ⁰⁰ 🌸 ab 21 ⁰⁰
3 M	🌸 bis 7 ⁰⁰ 🌱 ab 8 ⁰⁰
4 D	🌱 bis 22 ⁰⁰ 🌸 ab 23 ⁰⁰
5 F	🌸
6 S	🌸
7 S	🌸 bis 1 ⁰⁰ 🌿 ab 2 ⁰⁰
8 M	🌿 bis 17 ⁰⁰ 🍎 ab 18 ⁰⁰
9 D	🍎
10 M	🍎 bis 22 ⁰⁰ 🌸 ab 23 ⁰⁰
11 D	🌸 bis 8 ⁰⁰ 🌿 9 ⁰⁰ bis 19 ⁰⁰ 🌱 20 ⁰⁰ bis 24 ⁰⁰
12 F	🌱 14 ⁰⁰ bis 19 ⁰⁰
13 S	🌱 ab 4 ⁰⁰
14 S	🌱
15 M	🌱 bis 12 ⁰⁰ 🌸 ab 13 ⁰⁰
16 D	🌸 bis 8 ⁰⁰
17 M	🌿 ab 22 ⁰⁰
18 D	🌿
19 F	🌿 bis 8 ⁰⁰ 🍎 ab 9 ⁰⁰
20 S	🍎 bis 17 ⁰⁰ 🌱 ab 18 ⁰⁰
21 S	🌿 0 ⁰⁰ bis 9 ⁰⁰ 🍎 10 ⁰⁰ bis 11 ⁰⁰ 🌱 ab 12 ⁰⁰
22 M	🌱
23 D	🌱 bis 10 ⁰⁰ 🌸 11 ⁰⁰ bis 19 ⁰⁰
24 M	–
25 D	🌿 4 ⁰⁰ bis 14 ⁰⁰ und ab 20 ⁰⁰
26 F	🌿 bis 2 ⁰⁰ und ab 12 ⁰⁰
27 S	🌿 bis 19 ⁰⁰ 🍎 ab 20 ⁰⁰
28 S	🍎
29 M	🍎 bis 12 ⁰⁰ 🌱 ab 13 ⁰⁰
30 D	🌱
31 M	🌱

Pflanzzeit

August 2024

1 D	🌱 bis 4 ⁰⁰ 🌸 ab 5 ⁰⁰
2 F	🌸
3 S	🌸 bis 9 ⁰⁰ 🌿 ab 10 ⁰⁰
4 S	🌿
5 M	🌿 bis 1 ⁰⁰ 🍎 ab 2 ⁰⁰
6 D	🍎
7 M	🍎 bis 22 ⁰⁰ 🌱 ab 23 ⁰⁰
8 D	🌱 bis 18 ⁰⁰
9 F	🌱 ab 8 ⁰⁰
10 S	🌱
11 S	🌱 bis 20 ⁰⁰ 🌸 ab 21 ⁰⁰
12 M	🌸
13 D	🌸 bis 7 ⁰⁰ 🌿 ab 8 ⁰⁰
14 M	🌿
15 D	🌿 bis 17 ⁰⁰ 🍎 ab 18 ⁰⁰
16 F	🍎
17 S	🍎 bis 21 ⁰⁰ 🌱 ab 22 ⁰⁰
18 S	🌱
19 M	🌱 bis 19 ⁰⁰ 🌸 ab 20 ⁰⁰
20 D	🌸 bis 18 ⁰⁰
21 M	–
22 D	🌿 3 ⁰⁰ bis 7 ⁰⁰ und ab 16 ⁰⁰
23 F	🌿
24 S	🌿 bis 1 ⁰⁰ 🍎 ab 2 ⁰⁰
25 S	🍎 bis 18 ⁰⁰ 🌱 ab 19 ⁰⁰
26 M	🌱
27 D	🌱
28 M	🌱 bis 10 ⁰⁰ 🌸 ab 11 ⁰⁰
29 D	🌸 bis 10 ⁰⁰ und ab 21 ⁰⁰ 🌱 11 ⁰⁰ bis 20 ⁰⁰
30 F	🌸 bis 14 ⁰⁰ 🌿 ab 15 ⁰⁰
31 S	🌿

Pflanzzeit

Der Kalender gibt Ratschläge, wann nach dem Stand des Mondes für bestimmte Pflanzen der richtige Zeitpunkt zum Säen, Pflanzen, Pflegen und Ernten ist:

- 🌱 Wurzeltage = für Pflanzen mit Fruchtbildung im Wurzelbereich
- 🌿 Blatttage = für Pflanzen mit Fruchtbildung im Blattbereich
- 🌸 Blütentage = für Blütenpflanzen
- 🍎 Fruchttage = für Pflanzen, die im Bereich des Samens Früchte bilden
- Pflanzzeit = beste Zeit zum Pflanzen und Umpflanzen

Der Augentrost

Seit Jahrtausenden wissen die Menschen, dass bestimmte Pflanzen mit ihrer Wirkkraft ihren Körper und seine Widerstandskraft unterstützen können, wie zum Beispiel der Augentrost.

VON KRÄUTERPFARRER BENEDIKT FELSINGER



Benedikt Felsinger ist Prämonstratenser des Stiftes Geras. Als Nachfolger des legendären Kräuterpfarrrer Weidinger gilt sein Engagement der Vermittlung von Heilkräuter-Wissen.

Unser Immunsystem ist ein wahres Wunderwerk. Wir selbst können mit unserem Bewusstsein weder direkt mitverfolgen noch konkret feststellen, wie effizient sich unser Körper gegen Viren und Bakterien oder gegen schädliche Stoffe und Gase, die an ihn herandringen, zur Wehr setzt. Schließlich muss permanent die Gesundheit Gefährdendes – im wahrsten Sinne des Wortes – im Keim erstickt werden.

Als Menschen sind wir es seit Jahrtausenden gewohnt, dass uns genau dabei die Pflanzen mit ihrer Wirkkraft unterstützen. In diesem Zusammenhang soll nun der Gemeine Augentrost näher beleuchtet werden. Botanisch gesehen zählt dieses Heilkraut zur Familie der Sommerwurz-Gewächse. Der Augentrost ist in Europa weit verbreitet. Zu seinen Inhaltsstoffen gehören nicht bloß Glykoside und Flavonoide, sondern ebenso Gerbstoffe, Bitterstoffe und ätherisches Öl.

In der alten Tradition der Klosterheilkunde finden sich Hinweise auf verschiedenste Anwendungen des bewährten Heilkrautes. Seine Bezeichnung legt es nahe, dass man damit Probleme mit den Sehorganen zu kurieren versuchte.

Für Gallenblase und Verdauung

Ich möchte jedoch die Aufmerksamkeit auf unser Immunsystem lenken, welches durch eine gut funktionierende Verdauung gestützt wird. Dazu gehört auch die Tätigkeit der Gallenblase. Durch das Trinken eines Kräutertees aus Augentrost lässt sich genau dieser Bereich gut unterstützen. Dazu reicht ein



Teelöffel voll getrocknetes und zerkleinertes Kraut des Augentrostes. Diese Menge wird mit einem Viertelliter kochendem Wasser übergossen und 15 Minuten lang zugedeckt ziehen gelassen. Nach dem Abseihen den Tee auf Trinktemperatur abkühlen lassen und dann schluckweise einnehmen, am besten eine Woche lang morgens eine Tasse auf nüchternen Magen. Das kann guttun, wenn die Gallenblase geschwächt ist oder wenn die Verdauung Unterstützung braucht.

Hautreinigende Kraft

Der Augentrost besitzt übrigens auch hautreinigende Kraft, von der man durch ein Kräuterbad profitieren kann. Dafür wird aus 50 Gramm zerkleinertem Kraut ein Liter konzentrierter Augentrost-Tee zubereitet, 20 Minuten ziehen gelassen und dann in das Badewasser gemischt. Ein solches 15-Minuten-Bad kann durchaus eine Zeitlang einmal pro Woche genommen werden. ■

KRÄUTERPFARRER-ZENTRUM

3822 Karlstein/Thaya, Hauptstraße 16/17
Telefon: 02844/7070

E-Mail: info@kraeuterpfarrer.at

Website mit Onlineshop: www.kraeuterpfarrer.at

Der Geschmack von Basilikum

An Italien zu denken, beschwört sofort Erinnerungen an bestimmte Gerüche und Geschmäcker herauf: Zitrone, Tomate – und vor allem Basilikum. Ein sommerliches Menü huldigt dem beliebten Kraut.

Trofie mit Pesto und Kirschtomaten

Zutaten für 5–6 Personen

150g Basilikum, 50g Pinienkerne, 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, 150ml natives Olivenöl, 100g geriebener Parmesan, 500g Trofie, 250g halbierte Kirschtomaten

Zubereitung

Basilikum, Pinienkerne, Knoblauch, eine Prise Salz und Olivenöl im Mixer zu einer dünnflüssigen Paste verarbeiten. Parmesan hinzufügen und gründlich vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls das Pesto trocken wirkt, einen Schuss Öl zugießen. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Trofie zugeben und al dente (bissfest) kochen. Das Pesto in eine große Servierschüssel füllen. Trofie mit einem Schaumlöffel dazu geben und vermengen. Etwas Pasta-Kochwasser zufügen, falls das Pesto zu dickflüssig ist. Die Kirschtomatenhälften unterheben und sofort servieren.



Limetten-Basilikum-Eis

Zutaten für 1 Liter (6 Personen)

800g Crème double*, 250ml Vollmilch, 2 Vanilleschoten, 8 Bio-Eigelb, 180g feiner Zucker, Abrieb von 5 und frisch gepresster Saft von 2 unbehandelten Bio-Limetten, 45g fein gehackte Basilikumblätter

Zubereitung

Crème double und Milch in einen Topf mit Deckel geben. Vanillemark dazu geben. Bei mittlerer Hitze erwärmen. Sobald die Mischung fast zu kochen beginnt, vom Herd nehmen und beiseitestellen. Eigelb und Zucker schaumig rühren. Warme Milch-Mischung nach und nach in die Zucker-Ei-Mischung gießen, ständig rühren. Wieder in den Topf füllen und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren erwärmen. Kurz vorm Kochen vom Herd nehmen und auf eine kalte Fläche stellen. Fünf Minuten rühren, damit die Creme glatt bleibt. Topfdeckel auflegen und 15 Minuten abkühlen lassen, zwischendurch immer wieder umrühren. Limettenabrieb, -saft und Basilikum untermischen. Mit aufgelegtem Deckel ein bis zwei Stunden komplett abkühlen lassen. Vanillecreme in einen flachen Behälter füllen, darauf achten, dass das Basilikum gleichmäßig verteilt ist. Mindestens drei Stunden in den Tiefkühler stellen. Eiscreme 20 Minuten vor dem Servieren aus dem Tiefkühler nehmen.

*Crème double = Obers mit einem Fettgehalt von 40 bis 55%. In Österreich gibt es sie nur in ausgewählten Geschäften. Ersatz: Mascarpone und Schlagobers zu gleichen Teilen vermengen.





Acqua di pomodoro

„Tomatenwasser“ mit Büffelmozzarella

Zutaten für 6 Personen

3 kg große, saftige Tomaten, Salz, 1 Handvoll Basilikum (Blätter und Stängel + einige Blätter zum Servieren), 3 große Kugeln Büffelmozzarella (à 125–150 g), natives Olivenöl zum Servieren

Zubereitung

Tomaten grob hacken und portionsweise in einem (Hochleistungs-)Mixer drei bis fünf Minuten pürieren, bis sie ganz flüssig sind. Die Fruchtfleischmasse durch die Flotte Lotte passieren. Wer keine hat, seiht das Fruchtfleisch durch ein feines Sieb ab und drückt

es dabei mit der Rückseite eines Löffels aus. Nochmals durchdrehen oder abseihen, damit auch wirklich alles Fruchtfleisch hängen bleibt. Es sollten nun eineinhalb bis zwei Liter Acqua di pomodoro in der Schüssel bleiben. Zwei kräftige Prisen Salz und eine Handvoll Basilikum zufügen. Mindestens zwei Stunden in den Kühlschrank stellen, dann aus dem Kühlschrank nehmen und Basilikum entfernen. Jeweils zwei Schöpflöffel in jede Servierschale geben und eine halbe Mozzarella-Kugel in die Mitte legen. Basilikumblätter, ein Spritzer Olivenöl und eine Prise Salz darauf geben.



Rezepte aus:

Toskana. Ein Fest für alle Sinne, von Amber Guinness, Ars Vivendi, ISBN 978-3-7472-0460-3, 288 Seiten mit vielen Fotos, € 38,90

Meditation





Am Weg meines Lebens

*Herr, gib mir die Kraft und den Mut,
den Weg meines Lebens zu gehen,
wohin auch immer er mich führt.
Und lass mich unterwegs erfahren,
dass du mich leitest und führst.*

Brigitte Bilek

Baustellen: Ein Blick auf die Vielfalt

VON MARTIN WERLEN



Text aus:
Baustellen der Hoffnung.
Eine Ermutung, das Leben anzupacken, von Martin Werlen, Verlag Herder, ISBN 978-3-451-39591-8, 208 Seiten, € 22,70, E-Book: € 16,99 – Abdruck mit freundlicher Genehmigung der Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau.

Keine Baustelle gleicht der anderen. Überall treffen wir sie an: im eigenen Haus, auf der Straße, im Einkaufszentrum, auf der Brücke, am Bahnhof, auf der Autobahn, auf der Bahnstrecke. Umleitungen sind uns vertraut – und doch ärgern sie uns jedes Mal. Wie sehr wir uns für Baustellen im eigenen Verantwortungsbereich schämen, zeigt sich, wenn eine nationale Bahngesellschaft in der Durchsage mitteilen muss: „Wegen einer Baustelle im benachbarten Ausland hat der Zug eine Verspätung von 20 Minuten.“ Alle wissen, welches dieses benachbarte Ausland ist. Offenbar hat man Mühe, für seine Baustellen namentlich einzustehen.

Das gilt erst recht für die Baustellen im weiteren Sinn. In der Wirtschaft haben wir Baustellen, in der Politik, in der Kirche, in der Gesellschaft, in Unternehmen, an unseren Arbeitsplätzen. Wenn wir fremde Baustellen von außen betrachten, können wir unser ablehnendes Empfinden leicht zum Ausdruck bringen. Wenn wir aber selber Verantwortung tragen, neigen wir gerne dazu, die Baustellen zu verdrängen, sie kleinzureden, ja sie sogar zu negieren: „Wir haben gar kein Problem.“ – „Die bösen Medien malen den Teufel an die Wand.“ Die Medien haben – Gott sei Dank! – schon manche versteckte Baustelle an die Öffentlichkeit gebracht. Jetzt muss daran weitergebaut werden.

Im eigenen Leben

Baustellen haben wir auch in unseren Familien und im eigenen Leben. Es läuft überhaupt nicht so, wie wir es geplant haben. Konflikte lassen uns nicht ungehindert den Lebensweg weitergehen. Beziehungen, die uns einmal lebenswichtig waren, zerbrechen. Verstrickungen halten uns gefangen. Ein

Es gibt keine zwei gleichen Baustellen. Darum lohnt sich ein aufmerksamer Blick.

Streit zerstört unsere Lebensfreude. Ungesunde Abhängigkeiten manövrieren uns in ein Doppelleben oder in immer größere Isolation. Manchmal wissen wir schlicht und einfach nicht mehr weiter. Früher oder später holt die meisten unter uns das Alter mit seinen Beschwerden ein. Viele müssen die vertraute Wohnung verlassen. Aber bereits Kinder und Jugendliche sind mit großen Baustellen vertraut. Im Bus meinte ein Teenager zu seinem Kollegen: „Ehrlich gesagt: Ich möchte meine Mutter nicht als Frau.“

Es gibt keine zwei gleichen Baustellen. Darum lohnt sich ein aufmerksamer Blick. Kinder und ältere Leute, die die gesunde Neugier des Kindes bewahrt oder aufgrund lebenslanger Erfahrung eine Vorstellung von der Vielfalt entstehender Möglichkeiten gewonnen haben, halten sich gerne an Baustellen auf und staunen. Sie verfolgen, was da passiert. Sie entdecken, was andere beim Schimpfen und Sich-Ärgern übersehen. Es geht in die Höhe und/oder in die Tiefe. Sie bewundern die Maschinen im Einsatz und die Menschen, die die Baustellen bearbeiten. Ob wir uns nicht gelegentlich von einem Kind oder einem älteren Menschen eine Baustelle erklären lassen sollten? Probieren wir es doch einmal! ■



Frater Rudolf Knopp, der Provinzial der Bayerischen Ordensprovinz (re.), gratulierte Frater Robert Wimmer.

BAYERISCHE ORDENSPROVINZ

Drei besondere Profess-Jubiläen

Am 5. Mai feierte Frater Robert Wimmer im Rahmen eines Festgottesdienstes bei den Barmherzigen Brüdern im bayerischen Algasing sein Goldenes Profess-Jubiläum. Provinzial Frater Rudolf Knopp erinnerte in seiner Ansprache daran, dass auch das Ordensleben von Frater Robert in Algasing begann: Hier trat er in den Orden ein und legte 1974 seine Einfache und 1980 seine Feierliche Profess ab. Davor hatte er eine Ausbildung zum Buchdrucker und Schriftsetzer sowie zum Krankenpfleger absolviert, später folgte jene zum Heilerziehungspflegehelfer. Er arbeitete in der Einrichtung der Behindertenhilfe in Algasing und im Brüder-Krankenhaus in Regensburg. Am 15. August feiern zwei weitere Brüder aus der Bayerischen Ordensprovinz ihr Profess-Jubiläum: Pater Leodegar Klinger sein 70. und Frater Meinrad Ebner sein 65. Pater Leodegar studierte nach seiner Feierlichen Profess Theologie in Rom und wurde 1965 zum Priester geweiht. Sein Haupttätigkeitsbereich war die Krankenhausseelsorge. Frater Meinrad absolvierte Ausbildungen zum Krankenpfleger und Heilerziehungspflegehelfer und war in diesen beiden Bereichen in mehreren Einrichtungen des Ordens in Bayern tätig.

Wir gratulieren

zum 80. Geburtstag



Frater Auremund Unterberger wurde am 10. August 1944 in Ebenau in Salzburg geboren. Den Orden der Barmherzigen Brüder lernte er durch das Granatapfel-Magazin kennen. Daraufhin trat

er in das Juvenat in Graz-Eggenberg ein, wo er die Bürofachschule besuchte. 1961 legte er seine Einfache, 1968 seine Feierliche Profess ab. Sein Arbeitsbereich war das Labor in den Brüder-Krankenhäusern in Graz, Eisenstadt und St. Veit/Glan. Nach vielen Jahren in Kärnten verbrachte er einige Zeit in Kritzendorf, nun lebt er im Konvent in Wien.

Orden & Mitarbeitende

BARMHERZIGE BRÜDER GREMSDORF

Weltrekord im Tischfußball

Ein Weltrekord wurde Anfang Mai bei den Barmherzigen Brüdern in Bayern aufgestellt: In der Einrichtung der Behindertenhilfe in Gremsdorf spielten die Zwillinge Julia und Stephanie Mueller 26 Stunden und zehn Minuten Tischfußball und überboten damit den bisherigen Rekord. Insgesamt 115 Personen traten in 53 Teams jeweils 30 Minuten gegen die Zwillinge an. Neben zwei Ordensbrüdern nahmen zahlreiche Mitarbeitende, Beschäftigte und Bewohner:innen aus Gremsdorf und anderen Einrichtungen der Barmherzigen Brüder in Bayern teil. Insgesamt 3.281-mal wurde der Ball im Tor versenkt. Wichtiger war es aber, das Motto „Inklusion noch mehr in die Köpfe und Herzen der Menschen zu bringen“ zu verwirklichen.



Frater Magnus Morhardt war gemeinsam mit einer Mitarbeiterin dabei.

BARMHERZIGE BRÜDER

Weltweit tätig

Vor Kurzem veröffentlichte das Generalsekretariat der Barmherzigen Brüder in Rom die aktuelle Statistik per 31. Dezember 2023: Demnach führt der Orden weltweit 410 Einrichtungen wie Krankenhäuser, Pflegeheime, Sozial- und Gesundheitszentren sowie Schulen. Der Orden zählt 965 Mitglieder inklusive 54 Novizen aus 49 Nationen, das sind 16 weniger als ein Jahr davor. Ihr Durchschnittsalter beträgt 60 Jahre. Sie leben in 161 Kommunitäten in 54 Ländern auf allen fünf Kontinenten.

Ein Ort zum Leben

Seit gut einem halben Jahr ist Mag. Ruth Nadbath Gesamtleiterin und Kaufmännische Direktorin der Pflege- und Betreuungseinrichtung der Barmherzigen Brüder in Kritzendorf. Wir haben sie und Pflegedirektorin Sabine Sramek, MSc, DGKP zu ihren Aufgaben und Herausforderungen befragt.

VON BRIGITTE VEINFURTER



Granatapfel: Frau Direktor Nadbath, Sie sind seit Dezember des Vorjahrs Kaufmännische Direktorin und Gesamtleiterin des Hauses. Was sind Ihre Aufgaben?

Dir. Nadbath: Meine Aufgaben umfassen im Wesentlichen den gesamten Bereich der Verwaltung bis zur Haustechnik. Es ist ein sehr vielfältiger, bunter Job und er macht großen Spaß. Ich versuche zweimal am Tag durchs Haus zu gehen, um sowohl für die Mitarbeitenden als auch für die Bewohnerinnen und Bewohner und deren Angehörige präsent zu sein und Gespräche zu führen.

Frau Direktor Sramek, sie sind seit September 2020 Pflegedirektorin. Was sind Ihre Aufgaben?

Dir. Sramek: Meine Aufgaben umfassen den Bereich des Pflegepersonals einschließlich der Dienstplangestaltung und Führungskräfteentwicklung. Ich bin Ansprechpartnerin für Fragen der Pflegequalität und Organisationsentwicklung. Zudem bin ich häufig im Haus unterwegs. Das tue ich sehr gerne, weil immer etwas zu organisieren, zu besprechen, zu klären ist.

Was sind derzeit Ihre größten Herausforderungen hier im Haus?

Dir. Sramek: Die Mitarbeiterbefragung im heurigen Frühjahr hat gezeigt, dass die Mitarbeitenden im Haus insgesamt sehr zufrieden sind. Die einzige Herausforderung, die uns

weiterhin beschäftigt, ist der Personalmangel. Wir haben bereits einiges unternommen: Die Berufsgruppe der Wohnbereichsassistenten wurde eingeführt – mit der Möglichkeit, nach einem Jahr zur Pflegeassistentin ausgebildet zu werden. Seit diesem Jahr bieten wir zudem die Pflegelehre an. Wir waren auf Messen, kontaktierten Fachhochschulen und Pflegeakademien und haben aktuell einen Radiospot laufen. Auch bei der Arbeitszeitgestaltung zeigen wir uns flexibel. Dennoch bleibt die Personalsuche eine Herausforderung.

Sie haben beide früher im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Wien gearbeitet. Während die Menschen aus dem Krankenhaus in den meisten Fällen wieder nach Hause zurückkehren können, verbringen die Menschen hier in Kritzendorf ihren Lebensabend.

Dir. Nadbath: Wir betonen immer, dass unser Haus ein Ort zum Leben ist. Bei uns können die Menschen oft selbstständiger und mobiler leben als zuvor. Zuhause ist die Situation häufig nicht optimal, sei es wegen Treppen oder weil Angehörige nicht genug Zeit haben. Unser Haus hingegen ist barrierefrei und unser ausgebildetes Team fördert und fordert die Eigenständigkeit der Bewohnerinnen und Bewohner. Neben unseren schönen Gartenanlagen und der Aussichtsplattform mit Blick in die Au bieten wir zahlreiche Aktivitäten und Feste an.

Unser Haus ist
barrierefrei und
unser ausgebildetes
Team fördert
und fordert die
Eigenständigkeit
der Bewohnerinnen
und Bewohner.



Mag. Ruth Nadbath,
Gesamtleiterin und
Kaufmännische
Direktorin der Pflege-
und Betreuungs-
einrichtung in
Kritzendorf (re.) und
Pflegedirektorin Sabine
Sramek, MSc, DGKP

Dir. Sramek: Es gibt Grillfeste, ein Oktoberfest, Maibaum-Aufstellen, Musikdarbietungen und vieles mehr. Die Aktivitäten sind breit gefächert, sodass für jeden und jede etwas dabei ist.

Das Haus hier in Kritzendorf ist eine Einrichtung der Barmherzigen Brüder. Allerdings lebt kein Ordensbruder vor Ort. Wo und wie kann man trotzdem den Geist des Ordens spüren?

Dir. Sramek: Die für die Barmherzigen Brüder typische Gastfreundschaft liegt uns sehr am Herzen. Wir legen großen Wert auf eine Willkommenskultur für neue Bewohnerinnen und Bewohner. Unsere Mitarbeitenden empfangen sie bereits herzlich in der Eingangshalle und begleiten sie in ihren Wohnbereich. Es finden viele Gespräche statt, in die auch die Angehörigen einbezogen werden.

Dir. Nadbath: Jeden Tag findet bei uns ein Gottesdienst mit unserem Hausseelsorger statt. Darüber hinaus feiern wir die Feste des Jahres wie Weihnachten, Ostern und das Fest des Ordensgründers Johannes von Gott. Zwei Schwesternorden sind ebenfalls im Haus vertreten, deren Mitglieder als Ordensfrauen präsent sind.

Insgesamt herrscht bei uns eine sehr familiäre und liebevolle Atmosphäre – das muss auch so sein, denn unser Haus ist das Zuhause unserer Bewohnerinnen und Bewohner. ■



Frater Saji Mullankuzhy
ist Provinzial der
Österreichischen
Ordensprovinz der
Barmherzigen Brüder.

Gute Werke

Es freut mich, dass sich so viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Zeit für die diesjährige Mitarbeiterbefragung genommen haben, und noch mehr freut mich das gute Ergebnis! (Mehr über die Befragung lesen Sie auf Seite 34.)

Es ist ein wichtiger Gradmesser dafür, dass wir das Herz auf dem rechten Fleck haben, weil uns das gemeinsame Ziel zusammenschweißt und uns antreibt, nämlich für die uns anvertrauten Menschen da zu sein und ihnen professionell und auch menschlich so gut wie möglich zu helfen. Wenn in den einzelnen Teams Vertrauen herrscht und man gerne zusammenarbeitet, auch über die Grenzen des eigenen Arbeitsbereichs hinaus, wird Hospitalität spürbar, denn ein gutes Arbeitsklima strahlt aus und dient letztlich dem Wohl unserer Patientinnen und Patienten.

Ein guter Umgang mit allen Menschen, denen wir begegnen, das ist es doch auch, worum es in unserem Leben als Christinnen und Christen geht.

Vor Kurzem hat Papst Franziskus bei einer Audienz auf einen bemerkenswerten Satz des Apostels Paulus Bezug genommen: „Wir alle spiegeln mit enthültem Angesicht die Herrlichkeit des Herrn wider und werden so in sein eigenes Bild verwandelt, von Herrlichkeit zu Herrlichkeit, durch den Geist des Herrn“ (2. Korinther-Brief 3,18). Der Papst wünscht sich, dass wir uns dieser tiefen Wahrheit bewusst sind und aus ihr heraus handeln. Denn das Bild Gottes, das in unserem Wesen eingeprägt ist, zeigt sich ganz besonders in den guten Werken und in der Liebe, mit der wir anderen begegnen.

Medizinische Brücken bauen

Durch sein profundes Wissen und seine Erfahrung in einer Operationstechnik verhilft Oberarzt Dr. Bernhard Gasser, Facharzt für Orthopädie und Traumatologie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Eisenstadt, Menschen in Afrika zu neuer Lebensqualität.

VON NINA HORAK



Oberarzt Dr. Bernhard Gasser ist Facharzt für Orthopädie und Traumatologie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Eisenstadt.

Bereits vor sechs Jahren arbeitete Dr. Bernhard Gasser knapp drei Monate in der Notaufnahme eines Township-Krankenhauses in Kapstadt in Südafrika. Dort lernte er, mit wenig Technologie auszukommen und direkte Diagnostik mit den eigenen Sinnen und Therapie mit einfachen Mitteln durchzuführen. Diese prägende Erfahrung weckte in ihm den Wunsch, erneut in einer Umgebung tätig zu werden, die sich deutlich von den Standards in einem mitteleuropäischen Krankenhaus unterscheidet.

Spezielle Schulter-Operationen

Eine Freundin machte ihn auf den Verein Cosmas aufmerksam, der spitalsmedizinische Entwicklungsarbeit fördert. Seit über 20 Jahren besteht eine Zusammenarbeit zwischen Cosmas und dem Hospital Agostinho Neto in Praia auf den Kapverdischen Inseln. Viele Einheimische dort leiden an einer Schulterinstabilität, die zu plötzlichem Verrenken der Schulter führt – eine Problematik, für die eine spezifische Operation benötigt wird, die bisher nicht im Repertoire des kapverdischen Gesundheitssystems war. Eine Operation, die Dr. Gasser jedoch beherrscht: „Meine Freude, mich im Team von Dr. Murtala Queita einbringen zu dürfen, war umso größer, als ich erfuhr, dass ich zur Lösung des Problems beitragen und vor Ort die Operationstechnik nach Latarjet vorstellen kann, damit die Ärzt:innen sie eines Tages auch selbstständig beherrschen.“

Oberarzt Dr. Gasser und Dr. Queita führten auf den Kapverdischen Inseln Schulterstabilisierungsoperationen nach der Latarjet-Technik durch.

Bei Dr. Gassers Ankunft wartete bereits der erste Patient. Die erste Herausforderung war ein Patient, dessen CT-Bilder eine so weit fortgeschrittene Gelenksabnutzung zeigten, dass er für die Operation nicht geeignet war. Diese Erfahrung war wichtig, um die Grenzen der Operationstechnik zu erkennen und geeignete Patient:innen zu identifizieren. Doch statt entmutigt abzureisen, blieb Dr. Gasser und lernte an der Seite von Dr. Queita, wie komplexe Frakturen mit Improvisation behandelt werden können: „So sammelte ich Erfahrungen, die ich in Österreich niemals machen werde. Das stärkte mein Selbstvertrauen ungemein.“

Nur wenige Tage später führte Dr. Gasser bei einem anderen Patienten die erste Schulterstabilisierungsoperation nach der Latarjet-Technik durch. Trotz der fehlenden Vertrautheit mit seinem Co-Chirurgen funktionierte die Zusammenarbeit reibungslos. Zwischen ihnen waren nur einige Worte nötig, als sie mit gemeinsamem Verständnis für ihre Arbeit die Grenzen der medizinischen Versorgung hinter sich ließen. Wenig später erfolgte gleich der nächste Eingriff.

In diesen zwei Wochen konnte Dr. Gasser nicht nur bereichernde Erfahrungen sammeln, sondern auch Wissen weitergeben. Die Zusammenarbeit mit dem Team vor Ort und die Freundschaften, die dabei entstanden sind, schaffen hervorragende Voraussetzungen für eine längerfristige Kooperation, auf die Dr. Gasser sich sehr freut. ■



Fotos: Gasser, Stefan Mang

Mag. Johann Axnix
hat alle von ihm
gestalteten Plakate
zu einem Buch
binden lassen.

Markante Handschrift

Seit über zehn Jahren ist der Pensionist Mag. Johann Axnix ehrenamtlich im Archiv der Barmherzigen Brüder in Wien tätig. Beruflich war er einst als Technischer Zeichner und im Archiv der TU Wien beschäftigt und hat nebenbei unter anderem für die Katholische Glaubensinformation Plakate gestaltet.

VON BRIGITTE VEINFURTER

Die bunten Plakate mit kurzen religiösen Sprüchen hingen ab 1973 bis in die 1990er-Jahre nicht nur in Pfarren, sondern auch in Wohnungen, Hausfluren und Wirtshäusern. Über 500 Plakate hat die Katholische Glaubensinformation der Erzdiözese Wien (KGI) herausgegeben. Markant waren sie nicht nur durch die knallige Hintergrundfarbe, sondern auch durch die geschwungene Schrift.

Diese Schrift hat Mag. Johann Axnix entworfen. „Ich habe an der Universität für angewandte Kunst in Wien studiert und in der Meisterklasse für künstlerische Schrift und Buchgestaltung das Diplom gemacht“, blickt er zurück. „Der KGI war ich damals schon verbunden. Als der Herr, der die Plakate bis dahin gestaltet hatte, erkrankte, fragte mich der Leiter der KGI, Dr. Herbert Madinger, ob ich die Aufgabe übernehmen könnte. So habe ich die Schrift kreiert.“

Insgesamt 80 Spruch-Plakate hat Mag. Axnix ab 1991 in dieser Schrift von Hand geschrieben: „Die Sprüche stammten von Dr. Madinger. Seine Sekretärin hat mir den jeweiligen Spruch mitgeteilt und ich habe mich dann meist am Wochenende hingesetzt und den Text geschrieben“, erinnert sich Mag. Axnix. Die Hintergrundfarbe wurde danach von Dr. Madinger und der Druckerei festgelegt. Ab 1992 gestaltete Mag. Axnix auch die Titel der „Glaubensbüchlein“ der KGI mit dieser Schrift.

Später wurde die Schrift eingescannt und die Plakate fortan am Computer verfasst. Auch die Titel der „Glaubensbüchlein“ und anderer Publikationen der KGI wurden weiter mit dieser Schrift gestaltet. ■



Die Plakate und Glaubensbüchlein der Katholischen Glaubensinformation werden nach wie vor mit der Schrift von Johann Axnix gestaltet.

Katholische Glaubensinformation

Initiiert wurde die Katholische Glaubensinformation der Erzdiözese Wien von Monsignore Dr. Herbert Madinger (1922–2010). Um den Glauben der Menschen zu stärken, gab er ab 1965 „Glaubensbriefe“ heraus, von 1973 bis 1995 die Spruch-Plakate, ab Anfang der 1980er-Jahre rund 60 „Glaubensbüchlein“ sowie ab 1978 Rosenkränze. Unterstützt wurde er von seiner Sekretärin Hermine Leitner. Zu seinem Nachfolger wählte er Pater Christian Oppitz vom Orden der Kalasantiner, der die Glaubensinformation seit 2006 leitet. Nach wie vor gibt die KGI „Glaubensbriefe“ und „Glaubensbüchlein“ sowie Rosenkränze mit einem Betrachtungsheftchen heraus. Auch einige Spruch-Plakate sind im Nachdruck erhältlich. Infos im Internet: <https://kgi-wien.at/>

Die bunten
Plakate mit kurzen
religiösen Sprüchen
hingen nicht nur
in Pfarren, sondern
auch in Wohnungen,
Hausfluren und
Wirtshäusern.

Hohe Mitarbeiter-Zufriedenheit

Bereits zum sechsten Mal haben die Barmherzigen Brüder im März und April 2024 eine anonyme Befragung zur beruflichen Zufriedenheit aller Mitarbeitenden in Österreich durchgeführt. Nun liegen die Ergebnisse vor.

VON BERNHARD ZAHRL

Die Ergebnisse der Mitarbeiterbefragung zeigen ein Arbeitsklima, das 90 Prozent der Mitarbeitenden positiv bewerten und als wichtigsten Aspekt sehen. Schon die Covid-Zeit hat gezeigt, dass der Zusammenhalt auf den Stationen und in den Abteilungen besonders wichtig ist. 92 Prozent der Mitarbeitenden geben an, sich in schwierigen Situationen auf ihre Kolleg:innen verlassen zu können – dieser Teamgeist trägt viele auch nach der Pandemie durch den Berufsalltag. Auch Themen wie die Offenheit gegenüber der Führungskraft, die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben sowie die Arbeitszeitregelung sehen die Mitarbeitenden als besondere Stärken der Barmherzigen Brüder.

„Eine der wichtigsten Grundlagen für eine hohe Mitarbeiterzufriedenheit ist eine gute Führungskultur“, so Mag. Romana Gabriel, die Personalleiterin der Barmherzigen Brüder Österreich. „Mit 14 Fragen rund um das Thema Führung wird darauf besonderes Augenmerk gelegt. Unsere Führungskräfte wissen, dass gute Führung für die Mitarbeitenden erlebbar sein muss. Führungskräftelehrgänge, Führungsgrundsätze, jährliche Mitarbeitergespräche und professionelle Unternehmensprozesse, in die auch die Mitarbeitenden einbezogen werden, sind nur einige Maßnahmen, die im Laufe der Jahre ihre Früchte tragen und offensichtlich von den Mitarbeitenden positiv wahrgenommen werden.“

Die Betriebsräte aller Einrichtungen sind in das Projekt Mitarbeiterbefragung einbezogen. „Das ist wichtig und entscheidend“, so Direk-



tor Adolf Inzinger, zum Zeitpunkt der Befragung noch Gesamtleiter der Barmherzigen Brüder Österreich. „Die Betriebsräte unterstützen und bewerben die Mitarbeiterbefragung, sie werden über die Ergebnisse informiert und wirken an den Maßnahmenableitungen mit. Immerhin haben 72 Prozent der insgesamt 8.086 Mitarbeitenden den Online-Fragebogen abgegeben. Die hohe Beteiligung zeigt die breite Akzeptanz dieses Instruments und auch die hohe Erwartungshaltung an uns.“ ■

Mitarbeiterbefragung 2024

- Insgesamt 8.086 Mitarbeitende erhielten die Einladung zur Teilnahme. 5.820 nahmen daran teil, was einer Rücklaufquote von 72 Prozent entspricht.
- Die Fragen deckten folgende Themengebiete ab: Arbeitssituation, Information und Kommunikation, Zusammenarbeit, Führung, berufliche Entwicklung, Zielorientierung, Patient:innen-Orientierung, Prozessorientierung, Unternehmensimage und -kultur sowie Gesamtzufriedenheit.
- Im April und Mai 2024 wurden die Ergebnisse in den Einrichtungen präsentiert, bis Ende Juni 2024 die daraus abgeleiteten Maßnahmen definiert.
- Geplant und durchgeführt wurde die Befragung gemeinsam mit der Firma EUCUSA. Um Anonymität und Vertraulichkeit zu garantieren, erfolgten Bearbeitung und Auswertung der Fragebögen ausschließlich durch EUCUSA.

Eine der wichtigsten Grundlagen für eine hohe Mitarbeiterzufriedenheit ist eine gute Führungskultur.

NEBENBEI

Erkennungsmerkmal



Sandra Lobnig

Über das große Sockenverschwinden bei uns daheim habe ich an dieser Stelle schon einmal geschrieben. Ich kann berichten: In all den Jahren hat sich nicht viel verändert. Nach wie vor sammeln sich in den Tiefen des Wäschekorbes haufenweise

Einzelsocken, deren Partner sich aus dem Staub gemacht haben. Allerdings ist mir der Sockenschwund nicht mehr ganz so rätselhaft wie früher. Denn: Die Kinder verzichten, wann immer möglich, zwar auf ihre Schuhe, aber nicht auf die Socken. Letztens konnte ich den Achtjährigen in letzter Minute zurückpfeifen, als er in Socken Milch aus dem Supermarkt holen wollte. Der Langlebigkeit der Socken ist das wenig zuträglich. Wobei wir mittlerweile nur mehr den löchrigen Socken wegwerfen und den anderen behalten. Wäre ja schade drum. Wir haben sowieso alle Hemmungen abgelegt, was das Zusammenstellen der Sockenpaare angeht. Weniger „gleich und gleich gesellt sich gern“, dafür mehr „Gegensätze ziehen sich an“. Da fällt mir die Familie ein, über die ich vor Kurzem gelesen habe. Die dürfte es ähnlich handhaben wie wir. Als deren drittes Kind vom Kindergarten in die Schule wechselte, meinte eine der Lehrerinnen zu den Eltern: „Wissen Sie, woran ich sofort erkannte, dass es sich um ein Kind aus Ihrer Familie handelt, noch bevor ich den Nachnamen gelesen habe? An den lustigen Sockenpaaren.“ Auch bei uns kommt im September einer unserer Söhne in die Schule. Mal sehen, was die Lehrerin über ihn sagen wird.



Der Schaukler zählt zu den ungewöhnlichsten Fresken aus dem frühen Mittelalter.

SÜDTIROL

Der Schaukler von Naturns

Über 1.000 Jahre alt ist die Darstellung des sogenannten Schauklers in der St.-Proculus-Kirche am Ortsrand von Naturns in Südtirol. Wer hier dargestellt wurde, ist umstritten: der heilige Proculus, der auf seiner Flucht vor der Christenverfolgung in Verona über die Stadtmauer abgeseilt wird, oder der aus Damaskus fliehende Apostel Paulus? Die Darstellung gehört zu den Fresken, die zwischen dem siebenten und zehnten Jahrhundert im unteren Bereich des Innenraums der Kirche angebracht wurden, sie sind somit die frühesten erhaltenen vorromanischen Wandmalereien im Alpenraum. In gotischer Zeit wurden sie übermalt und erst 1923 wiederentdeckt: neben dem Schaukler mehrere Engel und Heilige, Szenen aus dem Leben des heiligen Proculus und auch eine Rinderherde. Seit 2006 dokumentiert das Proculus-Museum neben der Kirche die Geschichte der Region und der Fresken.

Die dunkle Kaiserin.

Elisabeths späte Jahre, von Michaela Lindinger, Amalthea Signum Verlag, ISBN 978-3-99050-264-8, 264 Seiten, € 25,- E-Book: € 20,99



BUCHTIPP

Eine geheimnisvolle Frau

Mit 40 Jahren zog sich Kaiserin Elisabeth von Österreich völlig aus der Öffentlichkeit zurück. Sie widmete sich nur noch ihren eigenen Interessen, entwickelte ein Faible für alles Morbide, Mythologie und Mystik, war fasziniert vom Verfall. So kreierte sie selbst einen Mythos um ihre Person und der Hype um die geheimnisvolle Kaiserin hält bis heute an. Michaela Lindinger hat sich in ihrem neuen Buch auf die Spuren dieser älteren Elisabeth begeben, die mehr war als die „süße Sisi“.

Naturnaher Anbau
fördert gesundheits-
fördernde Inhaltsstoffe
in den Pflanzen.



Im Einklang mit der Natur

Naturnah zu arbeiten und ein funktionierendes Ökosystem zu etablieren, darum bemüht sich die Apothekerin Heike Platzer seit bald zehn Jahren in ihrem Garten und auf ihren Feldern.

VON HEIKE PLATZER



Mag. pharm. Heike Platzer arbeitet in der Apotheke der Barmherzigen Brüder in Graz.

Die Liebe zur Natur begleitet mich bereits mein ganzes Leben lang. Pflanzen und ihre Inhaltsstoffe faszinieren mich ebenso wie der menschliche Körper. Die Berufswahl der Apothekerin war somit für mich naheliegend, denn ein Teil des Pharmaziestudiums vermittelt das Wissen von den Inhaltsstoffen der Pflanzen und die Kunst, diese so zu verpacken, dass die Gesundheit größtmöglich profitiert.

Vor fast zehn Jahren habe ich mir gemeinsam mit meinem Mann, einem Architekten mit Hang zum Grünen, einen Lebensraum erfüllt und eine Landwirtschaft in Graz gekauft. Wir bewirtschaften nebenberuflich diesen kleinen Hof naturnah nach den Prinzipien der Permakultur. Im Frühjahr findet ein kleiner Jungpflanzenverkauf mit Raritäten und Besonderheiten statt, denn diese bauen wir mit viel Liebe und Überzeugung an. In unserem Garten und auf unseren Feldern leuchtet einem die Vielfalt entgegen, bei über 30 verschiedenen Tomatensorten ist immer eine dabei, die Schädlingen oder Wetterereignissen trotzt.

Wertvolle Inhaltsstoffe

Pflanzen haben mit ihrem Spektrum an Inhaltsstoffen Strategien entwickelt, um mit ihrer Umwelt zu interagieren. Diese Stoffe dienen nicht primär dem Leben der Pflanze,

aber sie sichern ihr Überleben. Sie schützen sie vor Hitze, Kälte und Fraß-Feinden, aber auch gegen Krankheitserreger wie Viren, Bakterien und Pilze. Außerdem locken Pflanzen damit Tiere wie etwa Bestäuber an. So enthält ein Tropfen ätherisches Rosenöl, das aus dem Wasserdampfdestillat der Blüten gewonnen wird, über 400 verschiedene Substanzen. Fantastisch, wenn man sich näher damit beschäftigt und mit diesem unglaublichen Reichtum an aktiven Stoffen konfrontiert ist. Viele dieser Stoffe sind auch für unsere Gesundheit vorteilhaft. Die Pflanze bildet diese Stoffe aber adaptiv, das heißt angepasst an die Bedingungen, denen sie ausgesetzt ist. Dazu gehören auch „Schädlinge“, denn die Pflanze bildet mehr von diesen Inhaltsstoffen, um bei einem Befall geschützt zu sein.

Das ist der Grund, warum es mir sehr wichtig ist, naturnah zu arbeiten und trotz des Anbaus ein funktionierendes Ökosystem zu etablieren. Während der warmen Jahreszeit können wir uns mittlerweile fast vollständig selbst versorgen. In den vergangenen Jahren haben wir über 100 verschiedene Bäume und Sträucher und zahllose Stauden gepflanzt, um die Diversität zu fördern. Wir haben Wildblumenwiesen gesät und Pflanzen für Schmetterlinge etabliert, was auch die



Stein-Holzhaufen
sollen Reptilien
Unterschlupf bieten.



Manchmal sitze
ich einfach in
der Wiese und
beobachte und
staune, das sind
die Momente,
aus denen ich
unglaubliche
Kraft schöpfe.

Fledermaus-Population stärkt, Brennnessel und Pfefferminze säumen den Gemüsegarten. Unsere Felder und der Gemüsegarten sind außerdem von Bäumen und Wildhecken umgeben. Ich würde einmal sagen, in meinem Garten brummt beim Insektenleben mittlerweile auch die Vielfalt. Manchmal sitze ich einfach nur in der Wiese und beobachte und staune, das sind die Momente, aus denen ich unglaubliche Kraft schöpfe, denn die Arbeit, die diese Art des Anbaus mit sich bringt, darf man nicht unterschätzen.

Ablenker- und Abschreckpflanzen

Ich möchte auch die Schädlinge nicht ganz vernichten, diese werden nur zum Problem, wenn die Natur ihr Gleichgewicht verliert. Stattdessen bemühe ich mich, Nützlinge zu fördern. Im Beet setzte ich gezielt Blühpflanzen wie Ringelblumen, Sonnenblumen oder Zinnien zum Anlocken der Insekten, aber auch sogenannte „Ablenkerpflanzen“. Zu diesen gehören für mich zum Beispiel die Kamille oder auch Kapuzinerkresse, Borretsch und Tagetes, die ich gezielt neben besonders anfällige Pflanzen setze. Besonders gerne pflanze ich Kamille zu den Tomaten. Meist dauert es nicht lange und die Heilpflanze ist voller Blattläuse, nicht aber die Tomaten! Dann beobachte ich weiter. Nach ein bis zwei Wochen verschwinden die Blattläuse meist wieder von selbst. Zahlreiche Vögel haben sie am Speiseplan und auch die Marienkäfer

Als Jungpflanze
lenken Tagetes
Schnecken von den
Maissämlingen
ab. Später stützen
sie den Mais und
sorgen für eine gute
Bodengesundheit.



freuen sich über den gedeckten Tisch. Als „Abschreckpflanze“ würde ich den Schnittknoblauch bezeichnen, sein Duft ist bei vielen Schädlingen unbeliebt, deswegen wächst er bei mir kunterbunt mitten in den Beeten. Gegen den Kartoffelkäfer und die weiße Fliege pflanze ich Giftbeere – die blaue Lampionblume, wie sie auch genannt wird. Sie ist mit ihren azurblauen Blüten außerdem eine sehr dekorative Pflanze. Die Pflanzen hierfür ziehen wir alle selbst oder säen sie direkt. Fürs folgende Jahr sammle ich laufend die Samen ab, so ist es uns möglich, auch größere Mengen an Pflanzen für den gesunden Garten einzusetzen.

Gegen Wühlmäuse fördern wir Lebensräume für Schlangen: Ast- und Steinhaufen mit etwas Bewuchs drum herum, am besten so, dass sich Reptilien sonnen können und ein geschütztes Plätzchen zum Verkriechen und Überwintern haben. Seit einigen Jahren lebt eine große Äskulapnatter in meinem Gemüsegarten, die sich auch mal zwischen den Tomaten sonnt.

Bodenaufbau und Dünger

Der Bodenaufbau ist besonders wichtig für die Pflanzengesundheit, denn er stellt der Pflanze alles zur Verfügung. Auf müdem, ausgelaugtem Boden, der ständig mit Kunstdünger versorgt wird, kann keine besonders widerstandsfähige Pflanze wachsen. Wir verwenden hochwertigen Kompost, Pflanzenkohle, Bodenaktivator und Gesteinsmehl, um unsere Böden aufzubauen und fruchtbar zu halten. ■

Die Giftbeere wird nicht nur gegen Schädlinge im Garten eingesetzt, sie ist mit ihren blauen Blüten auch dekorativ.

Betty Paoli, porträtiert
von der österreichischen
Malerin Marie Müller
(1886, Wien Museum)



Die größte deutsche Dichterin

Vor 130 Jahren starb Betty Paoli. Sie zählt nicht nur zu den bekanntesten österreichischen Schriftstellerinnen des 19. Jahrhunderts, sondern gilt auch als wichtige Vertreterin der Frauenbewegung.

VON ROBERT EDER

Offiziell wurde Betty Paoli unter dem Namen Barbara Elisabeth Glück am 30. Dezember 1814 als Tochter des Militärarztes Anton Glück und seiner aus Belgien stammenden Frau geboren. Laut vertraulichen Äußerungen Marie von Ebner-Eschenbachs soll sie aber eine Tochter des Fürsten Nikolaus von Esterhazy gewesen sein.

Betty erhielt eine gute Ausbildung und beherrschte bereits als Mädchen Englisch, Französisch und Italienisch. Der frühe Tod des Vaters und der Verlust des mütterlichen Vermögens führten dazu, dass sie im Alter von 16 Jahren ihren Lebensunterhalt selbst bestreiten musste. Sie tat dies zunächst als Erzieherin in Russland und Polen. 1835 kehrte sie nach Wien zurück. Hier wurde sie 1843 Vorleserin und Gesellschafterin der Fürstin Maria Anna von Schwarzenberg. Nach deren Tod im Jahr 1848 versuchte sie sich in Deutschland als Journalistin. Anfang der 1850er-Jahre kam sie nach Wien zurück und arbeitete wieder als Gesellschafterin. Ab 1855 schließlich lebte sie als freie Schriftstellerin bei ihrer Freundin Ida Fleischl.

Vielseitig begabt

Am Beginn ihrer Karriere stand die Lyrik: Schon 1832/33 wurden erste Gedichte von ihr in Wiener und Prager Zeitungen veröffentlicht, damals noch unter dem Namen Betty Glück. Später verwendete sie das Pseudonym Betty Paoli. 1841 erschien ihr erster Gedicht-

band. Drei bedeutende Männer der österreichischen Literatur zollten ihrer Lyrik höchstes Lob: Für Franz Grillparzer war sie „der erste Lyriker Österreichs“, für den Literaturkritiker Hieronymus Lorm die „größte deutsche Dichterin“ und Adalbert Stifter meinte, sie sei „durch und durch Genie“.

Sie etablierte sich auch als Kunst- und Theaterkritikerin, Novellistin und Übersetzerin. Als solche war sie unter der Direktion von Heinrich Laube auch für das Burgtheater tätig. Mit ihren Gedichten und kritischen Aufsätzen wurde Betty Paoli an Marie von Ebner-Eschenbachs Seite überdies zu einer wichtigen Vertreterin der frühen Frauenbewegung.

Als sich Betty Paoli im Mai 1894 eines Nervenleidens wegen zur Kur nach Baden begab, konnte sie auf ein umfangreiches und gefeiertes Werk zurückblicken. Zu einer Zeit, in der es für Frauen alles andere als selbstverständlich war, sich im Kulturleben zu positionieren, hat sie konsequent ihre Begabung gelebt und damit auch gesellschaftliche Relevanz erreicht. Am 5. Juli 1894 verstarb Betty Paoli an einer Herzlähmung. Sie ist in einem Ehrengrab auf dem Wiener Zentralfriedhof bestattet. 1930 wurde der Paoliweg in Wien-Hietzing nach ihr benannt. ■

Zu einer Zeit, in der es für Frauen nicht selbstverständlich war, sich im Kulturleben zu positionieren, hat sie konsequent ihre Begabung gelebt.

Du mein geliebtes Gutenstein

Mehr als zehn Jahre lang kam Ferdinand Raimund auf Sommerfrische nach Gutenstein, kaufte sich in der Nähe eine Villa und wurde hier auch begraben. Bis heute erinnern einige Orte und die alljährlichen Raimundspiele an den Schauspieler und Dichter.

VON BRIGITTE VEINFURTER

Wie viele
Dichter und
Maler des
Biedermeier
suchte
Ferdinand
Raimund in
der idyllischen
Region Ruhe,
Erholung und
Inspiration.

Wie viele Dichter und Maler des Biedermeier suchte Ferdinand Raimund in der idyllischen Region westlich von Wiener Neustadt Ruhe, Erholung und Inspiration. Ab 1825 kam er regelmäßig nach Gutenstein. Er war damals in Wien als Theaterdirektor, Bühnenautor und Schauspieler erfolgreich. Doch er hatte Streit mit dem Theaterbesitzer, war als Schauspieler unzufrieden, weil er lieber tragische statt komische Rollen gespielt hätte, hatte eine schwierige Scheidung hinter sich und litt unter Depressionen und panischer Angst vor Tollwut. Was er fern der Großstadt suchte, formulierte er in einem Gedicht: „Du mein geliebtes Gutenstein. / Hier will ich oft des Beifalls Rauschen / Mit der bescheidenen Stille tauschen.“

Dank seiner beruflichen Erfolge konnte er sich 1834 eine Villa samt Garten in Pernitz, wenige Kilometer östlich von Gutenstein, kaufen, in die er sich mit seiner Lebensgefährtin zurückzog. Doch nur zwei Jahre lang konnte er das Leben hier genießen. 1836 erschoss er sich nach dem vermeintlichen Biss durch einen tollwütigen Hund und wurde auf eigenen Wunsch am Friedhof von Gutenstein begraben.

Erinnerungsorte

Raimunds Grab kann man heute noch besuchen, ebenso einige andere Orte, die an ihn erinnern. Etwa das Haus im Zentrum von Gutenstein, in dem er bei seinen Besuchen gewohnt hat und das seit 1983 als Gedenkstätte mit Museum geführt wird. In vier Räumen werden hier sein Leben und Wirken dokumentiert. Zu sehen sind unter anderem sein Bett und eine Haarlocke, weitere persönliche Gegenstände und Briefe sowie Literatur von ihm und über ihn.

Im Wald oberhalb von Gutenstein, in der Nähe der Wallfahrtskirche Mariahilfberg, liegt der „Raimund-Sitz“. Er selbst trug hier Steine zu einer Sitzgelegenheit zusammen, von der er die herrliche Sicht zum Schneeberg genoss und sich Inspiration für seine Werke holte. Auch heute noch kann man sich hier niederlassen und in die Ferne blicken. Nur von außen betrachten kann man Raimunds Villa, denn sie ist in Privatbesitz und kann nicht besichtigt werden.

Über viele Gäste freuen sich hingegen die Raimundspiele, die seit 1993 jeden Sommer in einem großen Festzelt in Gutenstein über die Bühne gehen. Aufgeführt wurden und werden fast immer Stücke Ferdinand Raimunds, heuer steht sein Zaubermärchen „Der Verschwender“ auf dem Programm. An die 1.000 Zuseher:innen werden zu jeder der 15 Aufführungen im Juli und August in die kleine, verschlafene Gemeinde kommen. ■



Das Grab von Ferdinand Raimund am Friedhof von Gutenstein

Am Eingang des Raimund-Museums zeigt ein Bild den Dichter als Aschenmann in seinem Zaubermärchen „Das Mädchen aus der Feenwelt oder Der Bauer als Millionär“.

Auf der Straße wollte ich nicht schlafen

Frauen haben in der Obdachlosigkeit oft mit speziellen Herausforderungen zu kämpfen. Welche das sind und wo sie Hilfe finden können, berichten drei ehemals obdachlose Frauen aus Wien.

VON SANDRA KNOPP UND UDO SEELHOFFER

Ioanna wurde schon sehr jung obdachlos: „Mit 16 fing ich an, in die Drogenszene abzurutschen, mit 18 wurde ich daheim rausgeschmissen“, sagt die jetzt 25-Jährige. Marianne war zehn Jahre versteckt obdachlos. „Ich fühlte mich hilflos, auf der Straße wollte ich nicht schlafen.“ Bei Sonja hat irgendwann das Geld nicht mehr gereicht: „Ich konnte die Miete nicht mehr bezahlen, verlor meine Wohnung und bin in die Obdachlosigkeit gerutscht.“

Wenn Frauen obdachlos werden, stehen sie oft vor anderen Herausforderungen als Männer. „Bei Frauen ist oft die verdeckte Wohnungslosigkeit ein Thema“, erklärt Manon Anzböck, Mitarbeiterin von „Obdach Ester“, einem

Tageszentrum für wohnungs- und obdachlose Frauen im 10. Wiener Gemeindebezirk. „Viele versuchen, den Verlust von Wohnraum so lange wie möglich zu verheimlichen. Das führt dazu, dass sie sich in Abhängigkeitsbeziehungen begeben, die manchmal auch von Gewalt geprägt sind.“ Niederschwellige Angebote für Frauen und Transfrauen wie das Tageszentrum „Obdach Ester“ seien daher besonders wichtig. Es gibt Möglichkeiten zum Duschen, Wäschewaschen und Essen. Auch gemeinsame Aktivitäten wie Ausflüge nach Schönbrunn, Gesundheitsinformationen und Ruheräume hat das Obdach im Angebot. Durchschnittlich werden dort täglich 70 Personen betreut. Männer sind keine erlaubt, Sozialarbeiterinnen und Betreuerinnen

Marianne, Sonja und Ioanna (v.l.n.r.) waren selbst obdachlos und unterstützen nun als Peer-Beraterinnen betroffene Frauen.





Manon Anzböck ist Mitarbeiterin im Tageszentrum „Obdach Ester“ in Wien.



Mag. Elisabeth Hammer, MSc, DSA ist Geschäftsführerin im „neunerhaus“ in Wien.

Ich konnte die
Miete nicht mehr
bezahlen, verlor
meine Wohnung
und bin in die
Obdachlosigkeit
gerutscht.

unterstützen Betroffene bei der Stabilisierung der Lebenssituation und der Nutzung der Angebote vor Ort. Bei Beratungsgesprächen gehe es häufig um Wohnperspektiven und individuelle Ansprüche, die geltend gemacht werden können, so Anzböck. Das Zentrum ist 365 Tage im Jahr geöffnet und wird von FSW Obdach betrieben, einer Tochtergesellschaft des Fonds Soziales Wien (FSW).

Mit dem Hund auf der Straße

Als Frau auf der Straße zu sein ist nicht einfach, wie auch Ioanna weiß. „Ich hatte immer meinen Hund dabei und so einen kleinen Zusatzschutz.“ Auch bei Sonja spielte ihr Hund eine große Rolle: „Der war eine Stütze für mich. Die erste Nacht war schlimm, auch wenn ich nie auf der Straße schlafen musste.“ Ioanna kann sich ebenfalls gut an den ersten Tag als Obdachlose erinnern: „Es ist alles über mir zusammengefallen. Zu realisieren, wo man da gerade steht im Leben, dauert. Dann säuft man oder konsumiert noch mehr Drogen. Der Teufelskreis beginnt.“

Housing First

Dafür, Menschen wie Ioanna Unterstützung bieten zu können, setzt sich die Organisation „neunerhaus“ mit Hilfsangeboten in der Wiener Margaretenstraße seit mehr als 25 Jahren ein. „Wir haben ein breites Angebot, von Peer-Beratung über Sozialarbeit bis hin zu medizinischer Versorgung und der Hilfe bei der Suche nach leistbarem Wohnraum“, erklärt Geschäftsführerin Elisabeth Hammer. Bei Hygieneprodukten für Frauen arbeitet man mit der Stadt Wien zusammen: „Bei uns gibt es Gutscheine, mit denen Frauen in der Drogerie Hygieneartikel kostenlos abholen können“, erzählt Hammer.

Beim Wohnraum geht „neunerhaus“ nach dem Prinzip „Housing First“ vor: Der Ansatz geht davon aus, dass der beste Weg zur Beendigung von Obdach- und Wohnungslosigkeit eine eigene, langfristig leistbare Wohnung mit maßgeschneiderter sozialarbeiterischer Betreuung nach Wunsch und Bedarf ist. Seit Projektbeginn wurden über „neunerhaus“ bereits 600 Menschen auf dem Weg zurück

zur eigenen Wohnung unterstützt. Geeigneten Wohnraum dafür sucht das 2017 gegründete Tochterunternehmen „neunerimmo“.

Ein weiteres Angebot von „neunerhaus“ ist die Ausbildung von ehemals wohnungs- und obdachlosen Menschen zu Peer-Mitarbeiter:innen. „Gemeinsam mit dem Fonds Soziales Wien bieten wir einen Zertifikatskurs mit sieben Modulen und einem Praktikum an“, erklärt Hammer. Dadurch werden Menschen befähigt, bezahlt in Einrichtungen der Wiener Wohnungslosenhilfe zu arbeiten. Wichtig sei, dass sie ihre eigenen Erfahrungen einbringen können. Derzeit sind zwölf Mitarbeiter:innen in Angeboten bei „neunerhaus“ tätig, insgesamt gibt es Peers schon in 40 Einrichtungen der Wiener Wohnungslosenhilfe. „Darauf sind wir stolz“, betont Hammer.

Wissen weitergeben

Auch Marianne, Ioanna und Sonja geben ihr Wissen als Peer-Mitarbeiterinnen weiter. Dass sie selbst diese Erfahrung gemacht hat, sei wichtig, sagt Sonja: „Die haben dasselbe Schicksal, das ich vor Jahren hatte. Ich war am Boden zerstört. Aber ich habe mich herausgewurschtelt.“ Ioanna ergänzt: „Junge Klient:innen sind recht froh, wenn jemand in ihrem Alter kommt. Es kommt anders an, wenn einem eine Person Ratschläge gibt, die weiß, wovon sie redet.“ Ihr hat damals auch die Therapie geholfen: „Die Liebe meines Lebens ist an einer Überdosis gestorben, da war ich 21. Ich war komplett zum Vergessen, habe nur noch Drogen genommen.“ Als sie einmal völlig allein im Park aufwachte, habe sie eingesehen: „Ich muss mir Hilfe holen. Die Therapie war der erste Schritt raus.“ Marianne erinnert sich, wie sie die Schlüssel zu ihrer Wohnung bekam: „Zu wissen, dass man keine Angst mehr haben muss: Das ist etwas wert.“ ■

INFOS IM INTERNET

www.neunerhaus.at
www.obdach.wien/p/obdachlos-tageszentren-ester

200 Jahre Piatnik

Vor 200 Jahren gründete Anton Moser eine Kartenmalerei in Wien. Daraus wurde die Spielkartenfabrik „Ferd. Piatnik & Söhne“, die heute der größte Spieleverlag Österreichs und ein führender Anbieter von Spielen in Europa ist.

VON BRIGITTE VEINFURTER

Am 14. Mai 1824 eröffnete Anton Moser im 7. Wiener Gemeindebezirk eine kleine Kartenmalerei. Als Gesellen beschäftigte er den aus Ungarn stammenden Kartenmaler Ferdinand Piatnik. Nach Mosers Tod heiratete dieser nicht nur dessen Witwe, sondern übernahm auch den Betrieb und nannte ihn „Ferdinand Piatnik in Wien“. Bekannt wurde er für seine speziellen Spielkartenmotive, wie die „Doppeldeutschen“ mit gedreht zueinander stehenden Halbfiguren aus Schillers „Wilhelm Tell“ und das österreichische Tarockblatt.

Durch die Übernahme anderer Spielkartenhersteller und die Gründung von Fabriken expandierte das Unternehmen in der gesamten Donaumonarchie.

Expansion

Als 1882 seine Söhne in den Betrieb eintraten, wurde er in „Ferd. Piatnik & Söhne, Wien“ umbenannt. Nach dem Tod Ferdinand Piatniks 1885 führten die Söhne gemeinsam das Unternehmen weiter. 1891 wurde ein neuer Firmensitz in der Hütteldorfer Straße 229–231 im 14. Wiener Gemeindebezirk bezogen und auf moderne Industrieproduktion umgestellt. In dieser Zeit wurde auch das bis heute bekannte Logo mit dem Reiter entwickelt.



Activity ist eines der erfolgreichsten Spiele von Piatnik, es wurde seit 1990 bereits zwölf Millionen Mal verkauft.

Durch die Übernahme anderer Spielkartenhersteller und die Gründung von weiteren Fabriken expandierte das Unternehmen rasch in der gesamten Donaumonarchie und darüber hinaus und exportierte in viele Länder. Diese erfolgreiche Entwicklung endete 1945, als alle Fabriken außerhalb Österreichs verloren gingen und das Unternehmen praktisch von vorne beginnen musste. Doch bald ging es wieder bergauf. Ab 1956 begann man mit der Produktion von Brettspielen für Kinder und Erwachsene, seit 1966 sind auch Puzzles im Programm. 1962 und 1985 wurde das Firmengelände in Wien erweitert.

Produktion in Wien

Das Unternehmen ist bis heute in Familienbesitz, an der Spitze steht Dieter Strehl, der Ururenkel Ferdinand Piatniks. Am Unternehmenssitz in der Hütteldorfer Straße arbeiten rund 100 Personen. Neben Einkauf, Vertrieb, Marketing und Entwicklung ist hier auch die Produktion untergebracht. Tochterunternehmen für den Vertrieb gibt es in Deutschland, Ungarn, der Tschechischen Republik und den USA. Weltweit werden pro Jahr in über 70 Ländern 25 Millionen Spielkartenpakete, drei Millionen Spiele und eine Million Puzzles mit dem markanten Reiter-Logo verkauft.

Zum Jubiläum gibt man heuer in allen drei Produkt-Bereichen ein spezielles Exemplar heraus: das Brettspiel „Crime Scene Vienna 1824“, in dem Wien zum Schauplatz eines Verbrechens wird, ein 1.000-teiliges Puzzle, das Wien zur Firmengründung zeigt, und ein klassisches Kartenset im Jubiläumslook. ■



Im Jahr 1891 wurde das Firmengebäude bezogen, das heute noch Sitz und Produktionsstätte ist.

Fotos: Piatnik



Vor dem ehemaligen Kleinhäuslerhaus blüht ein farbenprächtiger Bauerngarten.

Die „gute Stube“ im Bürgermeisterhaus

Ausflug in die Vergangenheit

Über 80 historische Original-Gebäude aus dem Weinviertel lassen im Museumsdorf in Niedersulz die bäuerliche Welt der Vergangenheit wieder aufleben.

VON PETER SOUKUP

Gleich nach dem Eingangsbereich wartet auf uns die ehemalige Volksschule samt Lehrerwohnung aus Gaiselberg. Die Besucher:innen können auf einer Schiefertafel mit Kreide ihre Schönschreib-Kenntnisse ausprobieren. Einige Schritte weiter liegt der Bauernhof mit Ziegen, Schweinen, Hühnern, Kaninchen, Gänsen, Schafen und Eseln.

Weiter geht es zu einer Wagnerei aus Hollabrunn und einem Ausgedinge aus Niedersulz mit Gemüsegarten der Altbäuerin. Interessant ist auch das alte Wirtshaus aus Poysdorf mit einer Greißlerei aus Jedenspeigen. Bemerkenswert ist der Doppelhakenhof aus Wildendürnbach, dessen Stube als Bürgermeisteramt eingerichtet ist. Einen Besuch wert ist auch das Kleinhäuslerhaus aus Wilfersdorf mit einer Dauerausstellung über die Geschichte der Täufer oder Hutterer. Der Südmährerhof erinnert an den untergegangenen Kulturkreis in Südmähren.

Rund um die Gebäude zeigen uns die Bauerngärten das farbenprächige Bild eines Weinviertler Dorfes anno dazumal. Die Kräuter-, Gemüse- und Blumengärten werden nach ökologischen Richtlinien mit authentischen Pflanzenraritäten bepflanzt. Außerdem wachsen rund 340 verschiedene alte Obstbaumsorten im Museumsdorf.

„Altes Klumpert“

Das Museumsdorf geht auf eine Initiative von Josef Geissler zurück. Der Sohn eines Niedersulzer Landwirts hatte 1960 begonnen, „altes Klumpert“ zu sammeln, das er auf Dachböden und in verborgenen Winkeln alter bäuerlicher Gehöfte fand. 1977 richtete er in der aufgelassenen Volksschule von Niedersulz ein „Weinviertler Dorfmuseum“ ein. Aber der Rahmen der Örtlichkeit wurde durch die vielen Ausstellungstücke bald gesprengt und so überließ ihm die Gemeinde 1989 ein fünf Hektar großes Gelände, wo er im Laufe der Jahre 80 Objekte aus dem Weinviertel aufbauen ließ. Wobei alle nach dem Abbruch vor Ort originalgetreu wiedererrichtet wurden.

Josef Geissler widmet sich seit seiner Pensionierung 2011 einer umfangreichen Schau-Sammlung von geistlichen Bildern und Artefakten im Pfarrhof von Niedersulz. Das Museumsdorf Niedersulz wird seit seinem Abgang vom Amt der niederösterreichischen Landesregierung geführt. Zu den Ausstellungen werden im Laufe des Jahres auch Sonderattraktionen angeboten, wie etwa heuer der Südmährer-Kirtag am 11. August, „Pferdekraft“ am 28. September und Stubenmusik am 13. Oktober. ■

WEITERE INFOS

Weinviertler Museumsdorf

2224 Niedersulz 250

Internet: www.museumsdorf.at

Rund um die Gebäude zeigen uns die Bauerngärten das farbenprächige Bild eines Weinviertler Dorfes anno dazumal.

Štanjel ist eine der ältesten Siedlungen im slowenischen Karst, Wahrzeichen ist der markante Kirchturm (li.).

Ein Ort mit vielen Gesichtern

Mittelalterliche Gassen, eine gotische Kirche, ein Renaissance-Schloss, moderne Kunstgalerien und ein üppig grüner Park – Štanjel in Slowenien hat viele Gesichter, die in ihrer Kombination wohl einmalig und damit umso sehenswerter sind.

VON BRIGITTE VEINFURTER

Unübersehbar auf einem Hügel im slowenischen Karst, rund 40 Autominuten nordöstlich von Triest, liegt der kleine Ort Štanjel. Das Auto muss unten an der Straße geparkt werden, dann geht es zu Fuß den Hang hinauf und durch das mächtige, alte Steintor direkt ins Mittelalter: Ein- bis zweistöckige Steinhäuser flankieren die schmalen Gassen, die sanft bergauf führen.

Štanjel ist eine der ältesten Siedlungen im Karst. Die hier von den Römern angelegte Festung entwickelte sich im Mittelalter zu einem wichtigen Handelsposten. Auf den darunterliegenden Terrassen erstreckte sich schon damals eine Siedlung, die erstmals im Jahr 1402 im Görzer Urbar erwähnt wurde. Der Ort unterstand damals den Grafen von Görz. Nach dem Tod des letzten Grafen aus diesem Geschlecht im Jahr 1500 kam Štanjel in den Besitz der Habsburger, die es der Grafenfamilie Cobenzl als Lehen übertrugen.

An die Familie Cobenzl erinnern bis heute Grabsteine an der Außenfassade und im Inneren der St.-Daniel-Kirche. Errichtet wurde die Kirche schon bevor die Familie nach Štanjel kam, nämlich Mitte des 15. Jahrhunderts. Sie gilt, trotz späterer Umbauten im Barockstil, als ein bedeutendes Denkmal der gotischen Architektur im Karst. Auf ihren gotischen Ursprung verweisen zwei Eingänge, zugemauerte Fenster und der Spitzbogen im Inneren der Kirche. 1609 wurde der markante Turm erbaut, der von seiner Form her an eine langgezogene Zitrone oder auch eine Bischofsmütze erinnert.

Cobenzl-Schloss

Nur wenige Schritte von der Kirche entfernt liegt das Schloss. Die Grafen Cobenzl ließen ein bereits bestehendes, kleineres, mittelalterliches Gebäude der Görzer Grafen ausbauen. Mit ihrem Barock-Renaissance-Aussehen ist es bis heute eines der markantesten Bauwerke des Orts. Durch das monumentale Portal mit

Ins Mittelalter zurückversetzt fühlt man sich in den von alten Steinhäusern flankierten Gassen.





Das Auto muss unten an der Straße geparkt werden, dann geht es zu Fuß den Hang hinauf und durch das mächtige, alte Steintor direkt ins Mittelalter.

dem Wappen der Grafen betritt man den schönen, schattigen Schlosshof. Hier gibt es ein Bistro, eine Vinothek, ein Besucherzentrum, ein Souvenirgeschäft und ein Museum.

Im ersten Stock des Schlosses dokumentiert eine Ausstellung Leben und Werk des Architekten Max Fabiani. Er stammte aus einem Nachbardorf, studierte in Wien und wurde zu einem der bedeutendsten Stadtplaner und zum Innovator der Architektur zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Von 1935 bis 1945 war er Bürgermeister in Štanjel und prägte in dieser Zeit das Aussehen des Orts: Weitsichtig und innovativ passte er die alte Siedlung an die Bedürfnisse der Zeit an, bewahrte dabei aber deren Geist. Im Schloss richtete er ein Gemeindezentrum mit Bürgermeisteramt, Schule, Kindergarten, Kino, Bibliothek und Gesundheitsstation ein.

Ferrari-Garten

Wenn man vom Schloss kommend nochmals die mittelalterlichen Gässchen durchquert, erreicht man Fabianis wichtigste Werke in Štanjel: die Ferrari-Villa und den Ferrari-Garten. Beides errichtete er in den 1920er-Jahren für die Familie Ferrari, drei Brüder aus Triest. Er renovierte dafür einige alte, verlassene Häuser und verband sie zu einer Villa. Unterhalb legte er den Garten an, bei dessen Gestaltung er sich am steilen Gelände orientierte. Dabei schuf er sowohl für die Karstlandschaft typische Elemente wie Terrassen, steinerne Stützmauern und Stiegen als auch Elemente, die die damalige Zeit widerspiegeln, etwa einen Aussichtspavillon, ein

Wasserbecken mit einer kleinen Insel und einer venezianischen Brücke, Wasserfontänen und eine künstliche Grotte.

Staunend steht man heute vor dem üppig grünen Park mit den interessanten architektonischen Details. Auf den ersten Blick mag die Anlage mit dem großen Wasserbecken vielleicht verwundern, hier mitten im Karst, dessen Problem schon immer der Wassermangel ist. Doch gerade hierin zeigt sich der Verdienst Fabianis: Er konstruierte ein Bewässerungssystem, bei dem er die traditionelle Art des Regenwasserspeichers mit Zisternen, Wasserleitungen und Kanälen verband. Damit wurden nicht nur die Villa und der Garten mit Wasser versorgt, sondern auch die Felder unterhalb.

Kulturzentrum

Während des Zweiten Weltkriegs wurden viele Häuser und auch der Kirchturm zerstört und das Schloss schwer beschädigt. Es dauerte Jahrzehnte, bis die alten Gebäude wiedererrichtet und revitalisiert wurden. Inzwischen erstrahlt alles wieder in neuem, alten Glanz.

Heute ist Štanjel ein wichtiges Kulturzentrum im slowenischen Karst. Hier finden Veranstaltungen und Feste statt, geführte Rundgänge lassen in die Geschichte des Orts eintauchen. Im Schloss widmet sich eine interaktive Ausstellung der Natur und den Menschen des Karsts und die Lojze-Spacal-Galerie zeigt Werke des bekannten slowenischen Künstlers, der in seinen Werken die Kargheit und Anmut seiner Heimat in warme Farben fasste. Zudem laden mehrere kleine Galerien in renovierten alten Häusern zur Besichtigung ein. ■

Der Ferrari-Garten besticht mit viel Grün und interessanten architektonischen Elementen.



Eisenbahn in Kinderhand

Museumsbahnen gibt es viele, doch dass Kinder und Jugendliche dort wichtige Aufgaben übernehmen, ist eine Seltenheit. In Ungarn gibt es insgesamt drei solcher Kindereisenbahnen.

VON CHRISTOPHER ERBEN



Die Diesellok rattert. Hektisch laufen einige Kinder am Bahnsteig zwischen den Personenwaggons hin und her. Nach dem Ertönen einer Trillerpfeife setzt sich der Zug langsam in Bewegung. Hier am Széchenyi-Berg im Westen von Budapest fährt seit über 70 Jahren eine Museumsbahn, die von Kindern und Jugendlichen in ihrer Freizeit ehrenamtlich betrieben wird und sowohl von Einheimischen als auch Tourist:innen gerne genutzt wird. Sie ist die mit Abstand längste ihrer Art in Europa und eine von drei in Ungarn.

Mira heißt das Mädchen, das heute als Schaffnerin die Fahrkarten der Reisenden mit einer Zange entwertet. Sie trägt eine hochgestellte Kappe und ein dunkelblaues T-Shirt. Über ihre Schulter baumelt eine Umhängetasche. Auf Ungarisch und Deutsch begrüßt sie die Fahrgäste.

Pioniereisenbahnen im Ostblock

Einst bestanden in mehreren Ländern des früheren Ostblocks Kindereisenbahnen, die damals Pioniereisenbahnen genannt wurden. Deren vorrangige Aufgabe war es, Kindern und Jugendlichen den Fahrbetrieb näherzubringen und sie so auf einen Beruf bei der Staatsbahn vorzubereiten. Nach der Wende 1989 blieben die meisten dieser Schmalspurbahnen bestehen und fahren heute unter der Bezeichnung Kinder-, Jugend- oder Parkeisenbahn.

Für die rund elf Kilometer lange Strecke braucht der Zug laut Fahrplan rund 50 Minuten. Ausgangspunkt ist der Bahnhof Széchenyi-hegy. Unterwegs erklimmt die

Bahn mit Jánoshegy den höchsten Punkt der ungarischen Hauptstadt. Betrieben wird die Schmalspurbahn (760 mm) seit ihrer Eröffnung im Jahr 1948 von den Ungarischen Staatsbahnen (MÁV). Die Personenwaggons und Dieselloks stammen von aufgelassenen Bahnen des Landes.

Im Schrittempo fährt der Zug in den Endbahnhof Hűvösvölgy ein. Für Schaffnerin Mira ist es nur eine Verschnaufpause, bevor sie mit ihm wieder zurückfährt. Bald sei ihr heutiger Einsatz beendet, klingt sie erleichtert und strahlt übers ganze Gesicht: „Aber nächstes Wochenende bin ich wieder im Einsatz.“

Mit Dampf unterwegs

Aber nicht nur in Budapest, auch in Nagycenk bei Sopron (Ödenburg) besteht eine ehemalige Pioniereisenbahn. „Auf unserer Museumsbahn dienen 32 Kinder und Jugendliche“, erklärt Henrietta Doncsecs, Betriebsleiterin der Museumsbahn Nagycenk, die von der österreichisch-ungarischen Raaberbahn/GySEV betrieben wird. Die Jungeisenbahner:innen sind zwischen zehn und 18 Jahre alt und müssen eine Prüfung absolvieren, um hier aktiv mitwirken zu dürfen und Erfahrung zu sammeln. Ohne deren Interesse wäre die Aufrechterhaltung des Bahnbetriebs weder möglich noch könnte das „kulturelle Denkmal der Region“ bewahrt werden. Viele von ihnen entscheiden sich später sogar als Erwachsene für die Raaberbahn als Arbeitgeberin.

„Dadamm, dadamm, dadamm“ – die Schienenstöße klappern in längeren Abständen.

Aufgabe
der Pioniereisenbahnen war
es ursprünglich,
Kindern den
Fahrbetrieb
näherzubringen
und sie auf
einen Beruf bei
der Staatsbahn
vorzubereiten.



Ehrenamtlich übernehmen die Kinder Aufgaben wie Fahrkartenverkäufer, Schaffner oder Schrankenwärter.

Der Zug erreicht die erste Haltestelle namens Hárshegy, wo weitere Fahrgäste zusteigen. Auch ein Kinderwagen wird in einen Waggon gehoben. Während die Mädchen und Buben als Fahrkartenverkäufer, Schaffner und Schrankenwärter fungieren, werden die Lokomotiven von Erwachsenen gefahren. Diese Arbeitsteilung sei notwendig, heißt es von der Betriebsleitung, da die Jungen keine Lokomotiven steuern dürfen. Nach wenigen Minuten geht die Fahrt wieder weiter, führt durch einen Tunnel, vorbei an einem Schranken, vor dem ein junger Schrankenwärter selbstbewusst salutiert.

In Betrieb ist die rund 3,6 Kilometer lange Schmalspurbahn von Nagycenk von Ende März bis Oktober jeweils an Samstagen, Sonn- und Feiertagen. Errichtet wurde die Bahn im Jahr 1972 anstelle einer normalspurigen Anschlussbahn zu einer Zuckerfabrik. In der Folgezeit wurde sie erweitert. Anders als in Budapest ziehen hier meistens Dampflokomotiven die Züge durch die südlich des Neusiedler Sees gelegenen Gegend. ■



Auf der Museums-eisenbahn in Nagycenk bei Sopron sind meist Dampflokomotiven unterwegs.

Achtung!



Sichere Passwörter

Beim Erstellen von sicheren Passwörtern gilt es einiges zu beachten:

- Ein gutes Passwort sollte mindestens acht Zeichen, bei Verschlüsselungsverfahren für WLAN mindestens 20 Zeichen lang sein.
- Ein sicheres Passwort kann „kurz und komplex“ mit acht bis zwölf Zeichen und vier Zeichenarten sein. Aber auch „lang und weniger komplex“ mit 20 bis 25 Zeichen und nur zwei Zeichenarten gilt als sicher.
- Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt: Manche merken sich etwa einen Satz und benutzen von jedem Wort nur den ersten Buchstaben, ergänzt durch Sonderzeichen oder Zahlen. Andere verwenden einen ganzen Satz, verbunden durch Sonderzeichen. Eine weitere Möglichkeit ist es, zufällig fünf bis sechs Worte aus dem Wörterbuch zu wählen und diese mit einem Leerzeichen zu trennen. Das ist leicht zu merken und zu tippen und für Hacker schwer zu brechen.
- Es können alle auf der Tastatur verfügbaren Zeichen genutzt werden, also Groß- und Kleinbuchstaben, Ziffern und Sonderzeichen (Leerzeichen, ? ! % + ...). Manche Anbieter von Onlinediensten machen technische Vorgaben für die verwendbaren Zeichen. Vorsicht bei Umlauten: Bei Reisen ins Ausland sind sie auf landestypischen Tastaturen eventuell nicht verfügbar.
- Namen von Familienmitgliedern, des Haustiers, des besten Freundes, des Lieblingsstars, Geburtsdaten und so weiter sind nicht geeignet. Passwörter sollten zudem nicht aus gängigen Varianten und Wiederholungs- oder Tastaturmustern wie „asdfgh“ oder „1234abcd“ bestehen. Manche Anbieter blockieren diese von vornherein.
- Besonders empfehlenswert ist die Mehr-Faktor-Authentifizierung, bei der das Passwort durch eine weitere Sicherungsvariante, beispielsweise durch Fingerabdruck, Bestätigung per App oder PIN ergänzt ist.
- Es ist auch möglich, einen Passwortmanager zu nutzen, um die unterschiedlichen Passwörter gut verwalten zu können. Wie das funktioniert, lesen Sie in der September-Ausgabe.

Insekten

Entsetzlich, grauslich und zuweilen gruselig empfinden viele Menschen Insekten, die größte und artenreichste Klasse der Gliederfüßer, ja, der Tiere überhaupt! Oder „waren“ sie die artenreichste Tiergruppe? Denn der Rückgang der Arten ist nicht zu übersehen.

VON REINHOLD GAYL

„Wozu sind so kleine Viecher denn gut?“, fragte mich ein Herr am Stammtisch. Und das fragen sich viele. Gewiss, die Honigbienen werden geliebt, weil sie uns Honig schenken, die Hummeln, weil sie so putzig sind, die Schmetterlinge, weil sie hübsch sind. Und doch stören auch sie, wenn sie in die Veranda eindringen. Und nicht nur die Honigbienen sind wesentliche Blütenbestäuber, auch Hummeln, Wildbienen, Fliegen, Schmetterlinge und Käfer, ja sogar Wespen tun das.

Von vermeintlichen Schädlingen

Warum aber fragen wir überhaupt ständig nach dem Nutzen? Alle Geschöpfe dieser Welt sind ein ungeheurer Wert, den uns die Natur geschenkt hat, ob sie uns nützen oder nicht. Und warum überhaupt ausgerechnet uns? Gewiss, wir Menschen empfinden uns als das Zentrum der Welt, wir vergessen aber, dass es auch eine umfassende Peripherie gibt, ohne die das Zentrum ein Nichts wäre. Natürlich haben (Berufs-)Gärtner:innen recht, wenn sie unter dem Befall von Schädlingen stöhnen. Doch diese sind nur deshalb Schädlinge, weil ihnen Monokulturen in reichem Maß zum Fraß vorgesetzt werden. Ohne Riesenkulturen von Kartoffeln wäre auch der Kartoffelkäfer nur ein hübscher, gelb-schwarzer Käfer, und ohne Fichtenforste am falschen Platz könnten sich Borkenkäfer niemals so hemmungslos vermehren. So aber dringen unsere Nahrungskonkurrenten unter den Insekten viel stärker in unser Bewusstsein als der Rest der Nützlinge!

Man kann schwer leugnen, dass es unter den Insekten echte Störenfriede gibt. Jeder



Libellen finden sich meist in der Nähe von Wasserstellen.

Gastgarten wimmelt von Leuten, die unentwegt mit den Händen fuchteln, um jeden fliegenden Besucher zu verscheuchen, seien es Gelsen, Bienen, Fliegen oder sogar Libellen. Angst steht da meist im Vordergrund – und im Fall der Wespen, die unsere Geburtstagstorte besuchen, stimmt es auch. Doch statt zu fuchteln – was die Wespen nur aufregt – könnte man ihnen ja auch beim Essen zuschauen, sie fressen ja so wenig.

Von den Nützlichen

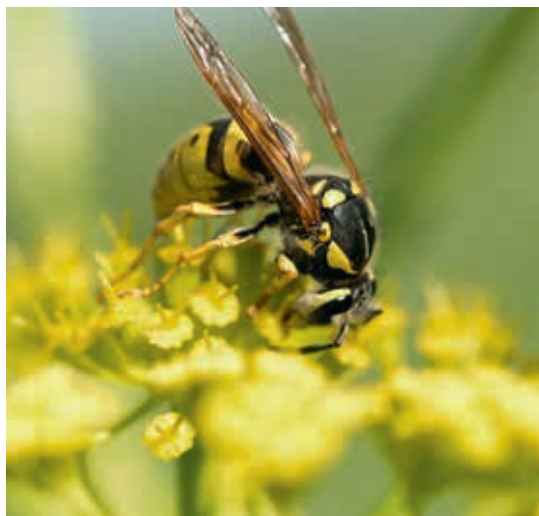
Wer jedoch unbedingt vom Nutzen der Insekten hören will, dem müsste man ein dickes Buch geben. Wir können hier nur sehr bescheiden Antworten liefern. Fangen wir mit Ungeliebten an: Blattläusen und Raupen. Blattläuse sind zarthäutig und damit ideales Protein-Futter für Jungvögel, außerdem in großen Mengen vorhanden und für die Altvögel leicht abzusammeln. Ebenso steht es mit Raupen, prallen Proteinpaketen, aber auch Schmetterling-Babys. Und Gärtner:innen, die jede Raupe killen, sollten wissen: Eine einzelne Raupe ist niemals schädlich, nur in der Masse werden sie das – wie etwa die Kohlweißling-Raupen, die ein hervorragendes Futter für Jungvögel sind!

Von den Beziehungen

Die Frage nach dem Nutzen müsste man grundsätzlich anders formulieren: Welche Bedeutung haben sie für das Ökosystem? Und das ist nicht leicht zu beantworten! Zu stark verflochten in alle Richtungen sind Pflanzen mit Pflanzen, Tiere mit Tieren und Tiere mit Pflanzen. Die bekannten Nahrungsnetze sind nur eine Form der Beziehungen, eine wichtige, zugegeben. Denn fallen Mitglieder aus, ist das ganze Netz ge- oder gar zerstört. Im Biolandbau kennt man lange schon die Bekämpfung von „Schädlingen“ mit deren Fressfeinden, die dadurch zu „Nützlingen“ werden.

Ökologische Beziehungen sind weitläufiger und verzwickter, als wir uns träumen lassen.

Alle Geschöpfe
dieser Welt sind ein
ungeheurer Wert,
den uns die Natur
geschenkt hat.



Es gibt zahlreiche andere Beziehungen, im Fachjargon Mutualismen (Wechselseitigkeiten) genannt: Wichtig sind hier die Pilze, die als „Mykorrhiza“ die Wurzeln fast aller Bäume umspinnen und sie mit Mineralstoffen versorgen. Laufkäfer und Larven der Glühwürmchen fressen Schnecken, die ihrerseits modernde Bodenpflanzen des Waldes in Falllaub verwandeln. Das wird weiteren Insekten übergeben, die daraus Mineralstoffe machen. Mistkäfer verwandeln den Dung von Schafen in Mineralstoffe, Dungfliegen den von Rindern – und die Mineralstoffe stehen übers Grundwasser den Pflanzen zur Verfügung. Hochstauden wie Disteln und Kletten, auch Schilf, stellen ihre Stängel als Aufenthaltsräume für diverse Insektenlarven zur Verfügung, die darin überwintern.

Nennt man solche Beispiele, läuft man Gefahr, den Eindruck zu erwecken, das sei schon alles! Doch ökologische Beziehungen sind weitläufiger und verzwickter, als wir uns träumen lassen. Und dieses Wunderwerk wird von der Agrarindustrie mit der Chemiekeule brutal vernichtet. Ob schädlich oder nützlich – alles fällt zum Opfer, das Ökosystem verfällt ins Chaos. Für den Effekt, Schädlinge auszumerzen, der auch anders erreicht werden kann, wie der Bio-Landbau beweist, bringt man ganze Hundertschaften von fein abgestimmten Beziehungen zu Fall. Und die Insekten sind in erster Linie betroffen, in zweiter alle, die von ihnen leben. Und in dritter trifft es alle, die von jenen leben, und so geht es weiter. Doch solange wir die Insekten nicht in all ihren Bedeutungen erfassen, wird die chemische Sense wohl weitermähen. Dass sie auch den Mäher selbst hochgradig gefährdet, ist eine andere Geschichte. ■

Fotos von oben
nach unten:

Der ungeliebte
Kartoffelkäfer ist
eigentlich hübsch
gelb-schwarz gefärbt.

Die Raupe wird bald
zum Schmetterling.

Auch Schmetterlinge
sind wichtige
Blütenbestäuber.

Wespen sind sicher
die unbeliebtesten
Insekten, aber auch
nützlich.

Liebelei	ein Weinprädikat	Rednerpult	▼	französisch: Straße	▼	nordamerik. Wildrinder	verrückt	Fremdwortteil: acht	▼	Held von Troja	▼	Vorname des US-Dichters Pound	Vorname des Sängers Kraus	Grundnahrungsmittel
▶	▼	▼	7			scherzh. Nachprüfung	▶			▼			▼	▼
▶				bedauerlicherweise		See im Salzkammergut	▶					3		
öster. polit. Partei (Abk.)			öster. Schriftstellerin (t, Mira)	▶				Fluss in Sibirien	▶			stehende Gewässer		
Bergbauort in der Steiermark	▶				5				Frauenname		zusammengehörende Teile	▶	1	
Hauptstadt in Nordafrika	8					Kraftfahrerorganisation (Abk.)		Doppelkinn (ugs.)	▶					Abseugegefühl
▶			span. Mehrzahlartikel		französisch: lieben	▶	2				norddeutsch: Knecht		poetisch: Adler	▼
Bergweide		Stadt in Yorkshire (Engl.)	▶	4				Kfz-K. Heilbronn		Riese im Alten Testament	▶			
Sportgröße	▶				respektieren, schätzen	▶		6				ein Umlaut	▶	
griech. Name der Aurora	▶				Schluckauf	▶								

DEIKE_1510A_BaBr_24-7

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Lösung vom Juni:
Malaga

	I	T		P	A	A	S
W	A	G	N	E	R	H	E
G	T	S	V	A	M	U	R
G	I	L	E	T	A	S	E
T	G	A	E	L	E	D	W
F	A	H	R	T	H	A	B
T	A	S	A	F	E	R	N
B	I	L	L	E	T	E	U
O	A	C	E	R	I	N	N
I	N	U	K		W	E	I

Rätseln und gewinnen

Gesucht ist eine blau-violett-blühende Pflanze. Senden Sie uns das richtige Lösungswort und Sie haben die Chance, das Buch **Alles klar beim Haar?** (unseren Buchtipps von Seite 3) zu gewinnen. Aus den richtigen Einsendungen ziehen wir drei Gewinner:innen.

Unsere Adresse:

Redaktion Granatapfel, Negerlegasse 5/1-3, 1020 Wien
E-Mail: redaktion@granatapfel.at
Einsendeschluss: 19. August 2024

Absender nicht vergessen, auch bei Teilnahme per E-Mail! Nur ausreichend frankierte Sendungen werden entgegengenommen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. An die Teilnahme sind keinerlei Verpflichtungen gebunden.

Mit der Teilnahme und der damit verbundenen Zusendung Ihrer Daten erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre personenbezogenen Daten zum Zwecke der Gewinner-Ermittlung verarbeitet werden. Nähere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.barmherzige-brueder.at/ds.

Die Gewinner:innen der Juni-Ausgabe wurden bereits gezogen und die Preise an sie versandt.



Sudoku (schwer)

Die Zahlen von 1 bis 9 sind so einzutragen, dass sich jede der neun Zahlen nur einmal in einem Neunerblock, nur einmal auf der Horizontalen und nur einmal auf der Vertikalen befindet.

	6				7			4
	4		3		5			
						2	9	3
	2	8		6				
6			8	1		4		
7	1					9	6	
	3	2			8			
5			6					
					2		1	7

Lösung vom Juni:

4	3	5	9	7	6	2	8	1
1	2	6	5	8	4	9	3	7
7	9	8	1	3	2	6	4	5
5	8	4	7	6	1	3	2	9
9	1	3	2	4	5	8	7	6
6	7	2	8	9	3	1	5	4
2	5	9	4	1	8	7	6	3
3	4	1	6	2	7	5	9	8
8	6	7	3	5	9	4	1	2



Danke
für Ihre
Unterstützung!

Abonnieren und helfen

Mit einem Abonnement des Granatapfel-Magazins erhalten Sie nicht nur Monat für Monat ein Heft mit 36 lezenswerten Seiten. Sie unterstützen damit auch die Barmherzigen Brüder und ihre Einrichtungen für kranke, alte und beeinträchtigte Menschen.

Das Magazin erscheint elfmal im Jahr (im Juli/August als Doppel-Ausgabe). Wählen Sie aus folgenden Abo-Varianten:

Standard-Abo

11 Ausgaben um € 29,90

Das Abo verlängert sich automatisch jeweils um ein Jahr, wenn es nicht spätestens einen Monat vor Ende schriftlich oder telefonisch abbestellt wird.

Kurz-Abo

6 Ausgaben um € 16,40

Das Abo endet danach automatisch.

Digital-Abo

11 Ausgaben um € 15,50

Das Abo verlängert sich automatisch jeweils um ein Jahr, wenn es nicht spätestens einen

Monat vor Ende schriftlich oder telefonisch abbestellt wird. Ein Wechsel vom Papier- zum Digital-Abo ist nach Ablauf des Papier-Abos möglich.

WEITERE INFOS UND BESTELLUNG:

Telefon: 01/214 10 41

E-Mail: verwaltung@granatapfel.at

Internet: www.granatapfel.at



Die angegebenen Preise gelten in Österreich. Bei Bestellungen aus dem europäischen Ausland kommt pro Ausgabe ein Porto von € 2,- dazu, von außerhalb Europas sind es € 3,50 pro Ausgabe. Das Kurz-Abo ist nur in Österreich erhältlich.

Informationen zur Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten finden Sie unter www.barmherzige-brueder.at/ds.

IMPRESSUM

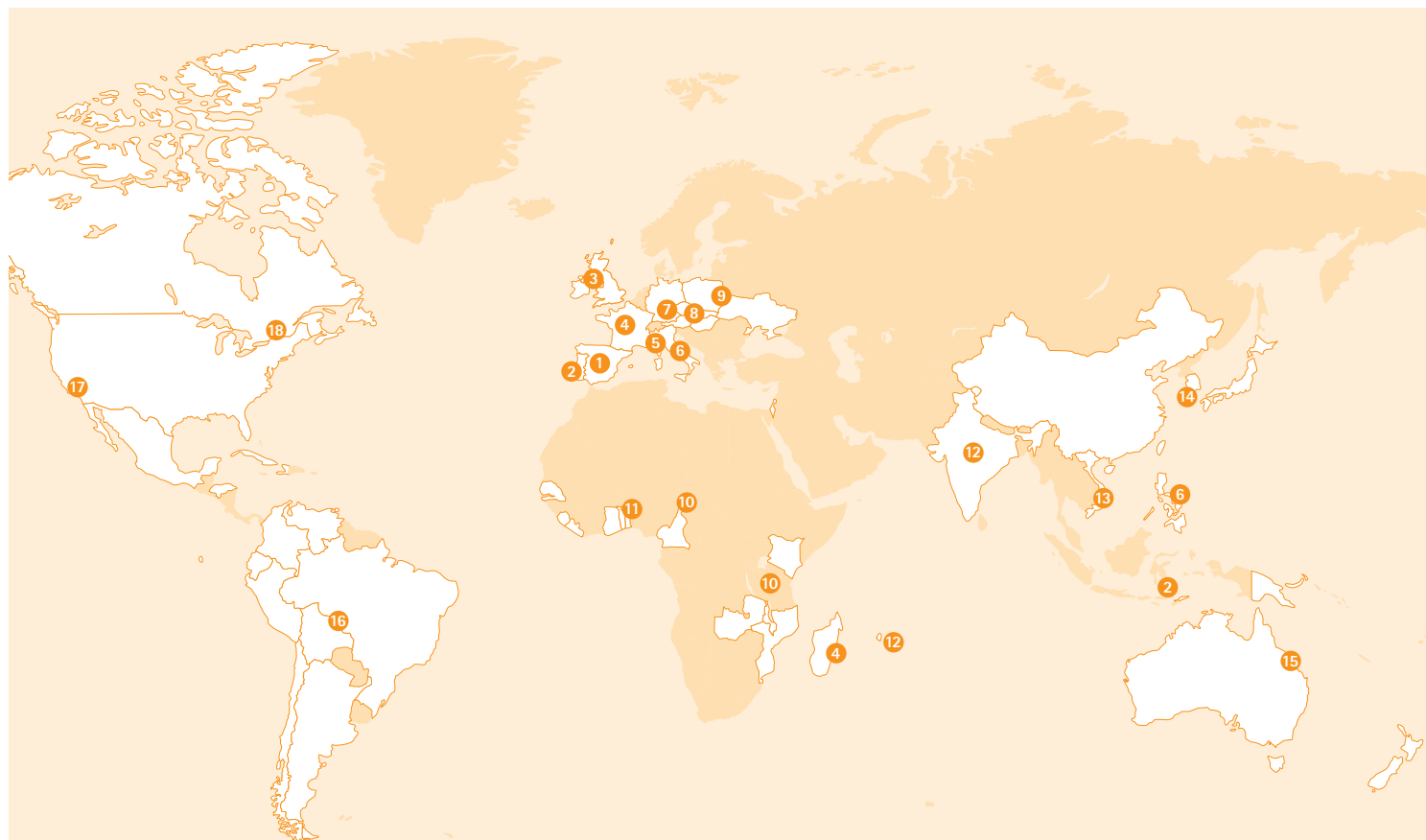
Granatapfel – Das Magazin der Barmherzigen Brüder Nr. 7-8 · Juli/August 2024
Medieninhaber und Herausgeber: Provinzialat der Barmherzigen Brüder, 1020 Wien, Taborstraße 16, E-Mail: office@bbprov.at, www.barmherzige-brueder.at
Redaktion: Brigitte Veinfurter (Leitung) und Kristina Weimer-Hötzeneder, Negerlegasse 5/1-3, 1020 Wien, Tel.: 01/214 10 41, Fax: DW 1815, E-Mail: redaktion@granatapfel.at
Grafik, Layout und Herstellung: Egger & Lerch Corporate Publishing, Vordere Zollamtsstraße 13, 1030 Wien, www.egger-lerch.at
Druck: Druckerei Berger, 3580 Horn
Vertrieb und Aboverwaltung: Nicole Hladik und Manuela Keiml, Negerlegasse 5/1-3, 1020 Wien, Tel.: 01/214 10 41, Fax: DW 1815, E-Mail: verwaltung@granatapfel.at
Erscheinungsort: Wien
Offenlegung: Eigentümer: Provinzialat der Barmherzigen Brüder, 1020 Wien, Taborstraße 16 (100%). Grundlegende Richtung: Christliches Gesundheits- und Familienmagazin. Die Artikel spiegeln die persönliche Meinung der Autor:innen wider und müssen sich nicht zwangsläufig mit der Meinung des Herausgebers decken. Die Redaktion behält sich Kürzungen und Änderungen der Manuskripte vor. Honoraransprüche müssen bei Vorlage gestellt werden.
Auflage: 24.000
Standard-Abo: € 29,90 (inkl. Mehrwertsteuer und Versandkosten in Österreich)
Bankverbindung: RLB OÖ, BIC: RZ00AT2L IBAN: AT64 3400 0000 0015 3346



Das Österreichische Umweltzeichen für Druckzeugnisse, UZ 24, UW 686 Ferdinand Berger & Söhne GmbH.

Falls Empfänger verzogen,
mit neuer Anschrift an
Granatapfel-Verwaltung
1021 Wien, Negerlegasse 5/1–3

Österreichische Post AG
MZ 02Z032631 M



Barmherzige Brüder

Weltweit in über 50 Ländern tätig

Der Orden betreibt auf allen Kontinenten Krankenhäuser, Pflegeeinrichtungen, Sozial- und Gesundheitseinrichtungen sowie Schulen. Im Sinne der Hospitalität (christliche Gastfreundschaft) sorgen rund 980 Ordensbrüder gemeinsam mit etwa 63.000 hauptamtlichen und 29.000 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für kranke und alte Menschen, Menschen mit Behinderung, Sterbende, Drogenkranke, Obdachlose und Kinder, die Hilfe brauchen.

Die Generalleitung des Ordens hat ihren Sitz in Rom. Der Orden gliedert sich weltweit in 18 Ordensprovinzen:

Ordensprovinzen in Europa

- 1 Spanische
- 2 Portugiesische (+ Osttimor)
- 3 Westeuropäische (Irland, England + Malawi)
- 4 Französische (+ Madagaskar)
- 5 Lombardische (Norditalien)
- 6 Römische (+ Philippinen)
- 7 Bayerische (Deutschland)
- 8 Österreichische (Österreich, Ungarn, Tschechien, Slowakei)
- 9 Polnische (+ Ukraine, Israel)

Ordensprovinzen in Afrika

- 10 Afrikanische (Ghana, Kamerun, Kenia, Liberia, Mosambik, Sambia, Senegal, Sierra Leone)
- 11 Benin-Togo

Ordensprovinzen in Asien

- 12 Indische (+ Mauritius)
- 13 Vietnamesische
- 14 Koreanische (Südkorea + Japan, China)

Ordensprovinzen in Ozeanien

- 15 Ozeanische (Australien, Neuseeland, Papua-Neuguinea)

Ordensprovinzen in Amerika

- 16 Lateinamerika und Karibik (Argentinien, Bolivien, Brasilien, Chile, Ecuador, Honduras, Kolumbien, Kuba, Mexiko, Peru, Venezuela)
- 17 US-Amerikanische (Kalifornien)
- 18 Nordamerikanische (Kanada, USA + Haiti)